

**KONSEP AL-QUR'ĀN DALAM MENGATASI *QUARTER LIFE CRISIS*:
STUDI KOMPARATIF DALAM TAFSIR *AL-MARĀGĪ* DAN TAFSIR
*LAṬ'ĀIF AL-ISYĀRĀT***



SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Tugas dan Melengkapi Syarat
Guna Memperoleh Gelar Sarjana S1
Dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora
Jurusan Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Oleh:

AIE KHOERUNNISA

NIM: 2104026075

**FAKULTAS USHULUDDIN DAN HUMANIORA
UNIVERSITAS ISLAM NEGERI WALISONGO
SEMARANG**

2025

DEKLARASI KEASLIAN

DEKLARASI KEASLIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Aie Khoerunnisa
NIM : 2104026075
Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir
Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora
Judul Skripsi : Konsep Al-Qur'an Dalam Mengatasi *Quarter Life Crisis*: Studi
Komparatif Dalam Tafsir *Al-Marāḡi* Dan Tafsir *Lathāifūl Al-Isyārat*

Penulis menyatakan dengan ini penuh tanggung jawab bahwa skripsi ini hasil tulisan sendiri dan belum pernah ditulis oleh orang lain, tulisan ini merupakan hasil pemikiran sendiri, kecuali data-data yang dijadikan sebagai referensi.

Semarang, 17 April 2025



Aie Khoerunnisa
NIM. 2104026075

NOTA PEMBIMBING

NOTA PEMBIMBING

Hal: Persetujuan Naskah Skripsi

Kepada Yth

Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora

UIN Walisongo

di Semarang

Assalamualaikum Wr Wb

Setelah membaca, mengadakan koreksi dan perbaikan sebagaimana mestinya maka kamu menyatakan bahwa skripsi saudara:

Nama : Aie Khoerunnisa

NIM : 2104026075

Jurusan : Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir

Fakultas : Ushuluddin dan Humaniora

Judul Skripsi : Konsep Al-Qur'an Dalam Mengatasi *Quarter Life Crisis*: Studi Komparatif Dalam Tafsir *Al-Marāgi* Dan Tafsir *Lathāif Al-Isyārat*

Dengan ini telah kami setuju dan mohon supaya segera diajukan. Demikian atas perhatiannya diucapkan terimakasih.

Wassalamualaikum Wr Wb.

Semarang, 17 April 2025

Pembimbing I



Prof. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag

NIP. 197203151997031002

SURAT PENGESAHAN SKRIPSI

PENGESAHAN

Skripsi Saudara Aie Khoerunnisa

NIM 2104026075 telah dimunaqasahkan oleh Dewan Penguji Skripsi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang, pada tanggal:

28 Mei 2025

Dan diterima serta disahkan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana dalam Ilmu Ushuluddin dan Humaniora.

Ketua Sidang



Muhtarom, M.Ag.
NIP: 196906021997031002

Penguji I

Pembimbing I



Prof. Dr. Hasvim Muhammad, M.Ag.
NIP: 197203151997031002



Dr. Mokhammad Sya'roni, M.Ag.
NIP: 197205151996031002

Penguji II



Ulin Ni'am Masruri, M.A.
NIP: 197705022009011020

Sekretaris Sidang



M. Sitabudin, M.Ag.
NIP: 197912242025211002

MOTO

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya:”Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad) kabar gembira kepada orang-orang sabar.” (QS. Al-Baqarah: 155) ¹

¹ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.31

TRANSLITERASI

Transliterasi dimaksudkan sebagai pengalih huruf dari abjad yang lain. Transliterasi Arab-Latin disini ialah penyalinan huruf-huruf Arab dengan huruf-huruf Latin beserta perangkatnya.

A. Huruf Konsonan

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
ا	Alif	tidak dilambangkan	Tidak dilambangkan
ب	Ba	B	Be
ت	Ta	T	Te
ث	Sa	ṡ	es (dengan titik di atas)
ج	Jim	J	Je
ح	Ha	ḥ	ha (dengan titik di bawah)
خ	Kha	Kh	ka dan ha
د	Dal	D	De
ذ	Zal	ẓ	Zet (dengan titik di atas)
ر	Ra	R	Er
ز	Zai	Z	Zet
س	Sin	S	Es
ش	Syin	Sy	es dan ye

ص	Sad	ṣ	es (dengan titik di bawah)
ض	Dad	ḍ	de (dengan titik di bawah)
ط	Ta	ṭ	te (dengan titik di bawah)
ظ	Za	ẓ	zet (dengan titik di bawah)
ع	‘ain	‘	koma terbalik (di atas)
غ	Ghain	G	Ge
ف	Fa	F	Ef
ق	Qaf	Q	Ki
ك	Kaf	K	Ka
ل	Lam	L	El
م	Mim	M	Em
ن	Nun	N	En
و	Wau	W	we
هـ	Ha	H	Ha
ء	Hamzah	’	Apostrof
ي	Ya	Y	Ye

B. Huruf Vokal

1. Vokal Tunggal

Huruf Arab	Nama	Huruf Latin	Keterangan
اَ	Fathah	A	A
اِ	Kasroh	I	I
اُ	Dhammah	U	U

Contoh:

كَتَبَ	<i>kataba</i>
تَبَعَ	<i>Tabi 'a</i>
فَهُوَ	<i>fahuwa</i>

2. Vokal Rangkap

حَيْثُ	<i>Ḥaiṣu</i>
خَوْفٌ	<i>khaufun</i>
بَيْنَ	<i>baini</i>

3. Maddah

قَالُوا	<i>Qālū</i>
يُصَيِّبَنَّ	<i>Yuṣībana</i>

دُونِهِ	<i>Dūnihi</i>
---------	---------------

4. Tā' marbūṭah

Transliterasi untuk tā' marbūṭah ada dua yaitu:

a. Tā' marbūṭah hidup

Tā' marbūṭah yang hidup karena mendapatkan harakat fathah, kasrah dan dhammah, transliterasinya ialah /t/.

Contoh:

جَنَّةٍ	<i>jannati</i>
---------	----------------

b. Tā' marbūṭah mati

Tā' marbūṭah yang mati karena mendapatkan harakat sukun, transliterasinya ialah /h/.

Contoh:

دَابَّةٍ	<i>dābbah</i>
----------	---------------

c. Tā' marbūṭah diikuti kata sandang “al”

Tā' marbūṭah yang diiringi kata sandang dan bacaan kedua katanya terpisah maka ta marbutah tersebut di transliterasi dengan ha (h).

Contoh:

أَصْحَابُ الْجَنَّةِ	<i>aṣḥābuljannah</i>
----------------------	----------------------

5. Syaddah (tasydid)

Pada System tulisan Arab digambarkan dengan suatu tanda, yaitu syaddah atau tasyid, dalam transliterasinya tanda syaddahnya digambarkan dengan huruf, yakni dengan huruf yang sama dengan huruf yang diberikan tanda syaddahnya.

Contoh:

فَإِنَّ	<i>fainna</i>
وَالشَّمَرَاتِ	<i>wasšamarāt</i>
دَابَّةٍ	<i>dābbah</i>

6. Kata Sandang

Transliterasi kata sandang terbagi dua macam yakni;

- Kata sandang diikuti dengan huruf syamsiyah

Ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya, yakni huruf /I/ diganti dengan huruf yang sama dengan huruf yang langsung mengikuti kata sandangnya.

Contoh:

الصَّلَاةِ	<i>Ash-Ṣhalāta</i>
السَّيَّارَةِ	<i>As-Sayyārah</i>

- Kata sandang diikuti dengan huruf qamariyah

Ditransliterasikan sesuai dengan bunyinya

Contoh:

الْمُؤْمِنُونَ	<i>Al-Mu'minuna</i>
الْقُرْآنِ	<i>Al-Qur'ān'ān</i>

7. Hamzah

Dinyatakan di depan bahwa ditransliterasikan dengan apostrof, namun itu hanya berlaku bagi hamzah yang terletak di tengah dan di akhir kata. Bila

hamzah itu terletak di awal kata, ia tidak dilambangkan karena tulisan Arab berupa alif.

Contoh:

يَأْتِيَنَّكُمْ	<i>Ya 'tiyannakum</i>
-----------------	-----------------------

8. Penulisan kata

Pada dasarnya setiap kata, baik fi'il, isim maupun harf, ditulis terpisah, hanya kata-kata tertentu yang penulisannya dengan huruf Arab sudah lazimnya dirangkaikan dengan kata lain karena ada huruf atau harakat yang dihilangkan maka dalam transliterasi ini penulisan kata tersebut dirangkaikan juga dengan kata lain yang mengikutinya.

Contoh:

وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ	<i>Wa Aqāamush ash-shalāta waātawu az-zakāta</i>
--	--

9. Huruf kapital

Meskipun dalam sistem tulisan Arab huruf kapital tidak dikenal, dalam transliterasi ini huruf tersebut digunakan juga. Penggunaan huruf kapital seperti apa yang berlaku dalam EYD, diantaranya: huruf kapital digunakan untuk menuliskan huruf awal nama diri dan permulaan kalimat. Bila nama diri itu didahului oleh kata sandang, maka yang ditulis dengan huruf kapital tetap huruf awal nama diri tersebut, bukan huruf awal kata sandangnya.

Contoh:

اللّٰهُ فَالْيَتَوَكَّلِ الْمُؤْمِنُونَ	<i>Allāhi falyatawakkal Al- mu'minuna</i>
أَحْمَدُ مُصْطَفَى الْمَرَاغِي	<i>'Ahmad Muṣṭafa Al- Marāgi</i>
تَفْسِيرُ لَطَائِفِ الْإِشَارَاتِ	<i>Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt</i>

10. Tajwid

Bagi individu yang mengharapkan kemudahan dalam membaca, panduan transliterasi ini merupakan elemen yang tak terpisahkan dari Ilmu Tajwid. Oleh karena itu, penetapan panduan transliterasi Arab Latin (Versi Internasional) ini harus diikuti dengan panduan tajwid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Bismillāhirrahmānirrahīm

Segala puji bagi Allah Yang Maha Pengasih dan penyayang bahwa atas taufiq dan hidayah-Nya maka penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini. Skripsi berjudul **“Konsep Al-Qur’an Dalam Mengatasi *Quarter Life Crisis*: Studi Komparatif Tafsir Al- Marāgi Dan Tafsir Laṭ’āif Al-Isyārāt”**, disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar Sarjana Strata satu (S.1) Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapatkan bimbingan dan saran-saran dari berbagai pihak sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Allah SWT yang telah memberikan Rahmat dan Karunia-Nya sehingga penulis mampu menyelesaikan penelitian ini.
2. Bapak Prof. Dr. Nizar, M.Ag, selaku rektor UIN Walisongo Semarang
3. Bapak Dr. Mokh. Sya’roni, M.Ag, Dekan Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
4. Bapak Muhtarom, M.Ag, selaku Ketua Jurusan Prodi Ilmu Al-Qur’ān dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
5. Bapak M. Sihabudin, M.Ag, selaku Sekretaris Jurusan Prodi Ilmu Al-Qur’ān dan Tafsir Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang.
6. Bapak Moh. Hadi Subowo, M.T.I, selaku dosen wali yang telah berkenan mendampingi penulis dari awal masuk perkuliahan hingga akhir perkuliahan, dan sudah berkenan memberikan arahan dan saran dalam menyusun proposal skripsi
7. Prof. Dr. Hasyim Muhammad, M.Ag, Dosen pembimbing yang telah bersedia meluangkan waktu, tenaga dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan pengarahan dalam penyusunan skripsi ini.
8. Bapak Ulin Ni’am Masruri, M.A, selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dan arahan sehingga bisa menyelesaikan revisi dengan baik.

9. Pada Dosen Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo Semarang, yang telah membekali berbagai pengetahuan sehingga penulis mampu menyelesaikan penulisan skripsi.
10. Kedua orang tua penulis, Ayahanda tercinta Rohamin dan Ibunda tercinta Nur Hoeriyah yang selalu memberikan dukungan yang tak terhingga serta senantiasa memanjatkan doa untuk kemajuan putra/putrinya. Terima kasih juga untuk selalu sabar, memberikan dukungan, kerja keras dan pengorbanannya serta dukungan yang tidak ternilai harganya demi kelancaran dan keberhasilan penulis dalam segala hal.
11. Ketiga saudara kandung ku tercinta, Aa Nana Nasrudin, Aa Afif Fudin, Teteh Indah Pratiwi, Kepada Kakak Ipar Teteh Trisnawati, Teteh Shinta Valyntin Ningsih, Aa Kris Maulana. Terimakasih selalu memberikan support dan semangat kepada penulis dan juga selalu memberikan bantuan baik material maupun non-material. Dan selalu ada disaat suka maupun duka.
12. Keempat keponakan ku tersayang, Aa Fatih, adek Fatan, adek Farukh, Teteh Falisha. Terima kasih sudah menjadi mood booster untuk penulis dalam menempuh pendidikan selama ini. Tumbuhlah menjadi versi paling hebat keponakan-keponakan ku.
13. Kepada sahabat ku, Via, Itsna, Kia, yang selalu menemani, memberi motivasi dan semangat yang luar biasa dari penulis MTs-SMA hingga saat ini. Terimakasih juga kepada sahabatku Rista, Ameng, Deby, yang telah banyak membantu dan menemani selama perkuliahan, pendengar yang baik, tumbuh di segala kondisi yang terkadang tidak terduga dan membantu setiap proses penulisan skripsi ini. Terimakasih juga kepada Salma, Ulin, Talita, yang sudah menjadi teman selama KKN, dan memberikan dukungan. Terimakasih, semoga kita semua sukses.
14. Teman-teman IAT-B 2021, keluarga baru sekaligus teman seperjuangan yang telah memberikan keceriaan serta warna-warni dan semangat belajar di UIN Walisongo Semarang. Terimakasih atas kebersamaan dan kekompakannya selama ini.

15. Kepada teman-teman KMCS, Formasi Bpc, yang telah menjadi keluarga kedua selama perkuliahan. Terimakasih pernah menjadi wadah untuk penulis berproses.
16. Terakhir, untuk diri saya sendiri Aie Khoerunnisa. Terimakasih untuk segala kerja keras dan semangatnya sehingga tidak pernah menyerah dalam mengerjakan skripsi ini. Terimakasih sudah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai.

Terimakasih kepada semua pihak-pihak yang sudah memberi bantuannya semoga Allah SWT membalas segala kebaikan yang telah diberikan. Pada akhirnya penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini belum mencapai kesempurnaan dalam arti sebenarnya, namun penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis sendiri khususnya pada pembaca.

Semarang, 17 April 2025

Penulis,



Aie Khoerunnisa
2104026075

DAFTAR ISI

DEKLARASI KEASLIAN.....	i
NOTA PEMBIMBING	ii
SURAT PENGESAHAN SKRIPSI	iii
MOTO.....	iv
TRANSLITERASI.....	v
UCAPAN TERIMA KASIH	xii
DAFTAR ISI.....	xv
ABSTRAK	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan dan Manfaat Penelitian	7
1. Manfaat Teoritis:	8
2. Manfaat Praktis.....	8
D. Tinjauan Pustaka	8
E. Metode Penelitian	13
1. Jenis Penelitian	13
2. Sumber Data	14
3. Teknik Pengumpulan Data	14
4. Teknik Analisis Data	15
F. Sistematika Penulisan	15
BAB II GAMBARAN UMUM TENTANG <i>QUARTER LIFE CRISIS</i>	17
A. Gambaran Umum <i>Quarter Life Crisis</i>	17
1. Pengertian <i>Quarter Life Crisis</i> (QLC).....	17
2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan <i>Quarter Life Crisis</i>	19
3. Dampak <i>Quarter Life Crisis</i>	24
4. Strategi Menghadapi <i>Quarter Life Crisis</i>	25
B. Identifikasi Ayat-ayat Al-Qur’ān Mengenai <i>Quarter Life Crisis</i>	27

C. Tafsir Muqaran (Perbandingan)	29
BAB III PENAFSIRAN AYAT- AYAT <i>QUARTER LIFE CRISIS</i> MENURUT TAFSIR AL-MARĀGI DAN TAFSIR LAṬ'ĀIF AL-ISYĀRĀT.....	34
A. Biografi Mufassir	34
B. Metodologi Kitab Tafsir Al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt.....	43
1. Kitab Tafsir Al-Marāgi.....	43
2. Kitab Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt	53
C. Penafsiran Dalam Kitab Tafsir Al-Marāgi dan Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt Tentang Ayat- ayat <i>Quarter Life Crisis</i>	56
1. Penafsiran QS. Al-Baqarah [2]: 112.....	56
2. Penafsiran QS. Al-Baqarah [2]: 155.....	58
3. Penafsiran QS. Ali-Imran [3]: 139	61
4. Penafsiran QS. Al-Insyirah [94]: 5-6	62
BAB IV ANALISIS TAFSIR AL-MARĀGI DAN TAFSIR LAṬ'ĀIF AL-ISYĀRĀT	65
A. Persamaan dan Perbedaan Penafsiran Ayat-ayat <i>Quarter Life Crisis</i> Menurut Kitab Tafsir Al- Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt.....	65
B. Relevansi Penafsiran Ayat-ayat <i>Quarter Life Crisis</i> Menurut Kitab Tafsir Al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt	72
C. Strategi Implementasi Konsep Al-Qur'ān Dalam Mengatasi <i>Quarter Life Crisis</i>	80
BAB V PENUTUP.....	86
A. Simpulan	86
B. Saran	88
DAFTAR PUSTAKA.....	89
DAFTAR RIWAYAT HIDUP	97

ABSTRAK

Fenomena *quarter life crisis* (QLC) merupakan salah satu tantangan psikososial yang banyak dialami oleh individu pada fase *emerging adulthood*, yaitu usia antara 18 hingga 30 tahun. Krisis ini ditandai oleh kebingungan identitas, kecemasan masa depan, dan tekanan sosial yang tinggi. Dalam konteks ini, ajaran al-Qur'ān diyakini memiliki kontribusi signifikan sebagai solusi spiritual dan psikologis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji bagaimana penafsiran dalam kitab tafsir al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt terhadap ayat-ayat al-Qur'ān yang berkaitan dengan *quarter life crisis*, menganalisis relevansi penafsiran kedua mufasir tersebut dalam kehidupan kontemporer dan klasik, serta merumuskan strategi implementasi ajaran al-Qur'ān dalam mengatasi *quarter life crisis*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan metode studi kepustakaan (*library research*), dan bersifat komparatif. Data primer dalam penelitian ini adalah Tafsir al-Marāgi dan Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt, dengan fokus pada penafsiran QS. al-Baqarah [2]: 112, QS. al-Baqarah [2]:155, QS. ali-Imran [3]:139, dan QS. al-Insyirah [94]:5–6, sedangkan data sekunder berasal dari buku-buku yang berkaitan dengan tema yang dibahas. Selain itu, merujuk pada kitab tafsir lainnya, artikel-artikel dari internet, serta berbagai jurnal yang relevan dengan judul penelitian ini.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kedua mufasir menekankan pentingnya nilai-nilai spiritual seperti kesabaran, tawakkal, syukur, dan optimisme dalam menghadapi tantangan hidup. Namun terdapat perbedaan penekanan: al-Marāgi lebih menonjolkan aspek sosial dan moral, sedangkan Al-Qusyairī fokus pada aspek pendekatan tasawuf (sufistik) dengan corak isyari, yang menekankan pemaknaan batin atau makna tersirat dari ayat-ayat al-Qur'an, bukan sekadar makna lahiriyah, tetapi juga berupaya mengharmoniskan peran hati (kalbu) dan akal, sehingga penafsirannya menjadi mudah dipahami, karena disampaikan dengan bahasa yang sederhana, jelas. Nilai-nilai seperti kesabaran, keteguhan hati, optimisme, dan keyakinan terhadap pertolongan Allah menjadi inti ajaran yang mampu membantu individu membangun ketahanan emosional dan makna hidup selama menghadapi krisis seperempat abad. Dengan demikian, al-Qur'ān dapat berperan sebagai pedoman yang komprehensif dalam mendampingi proses transisi menuju kedewasaan.

Kata Kunci: *Quarter life crisis, Al-Qur'ān, Tafsir Al-Marāgi, Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt, Emerging Adulthood*

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Orang-orang dilahirkan dengan potensi masing-masing yang perlu dikembangkan untuk menjadi modal dalam upaya mencapai kesuksesan saat dewasa. Selain itu, manusia mengalami perubahan dari waktu ke waktu dan terus berkembang untuk menjadi pribadi yang matang. Pada masa dewasa, mereka menghadapi tantangan perkembangan atau tugas perkembangan yang merupakan fase terlama dalam kehidupan manusia, dan peran dari orangtua serta lingkungan mereka.¹

Quarter life crisis, yang dalam bahasa Indonesia berarti “krisis seperempat abad,” adalah fase dalam hidup di mana orang-orang berusia antara delapan belas sampai tiga puluh tahun merasa khawatir, bingung, dan tidak tahu ke mana arahnya, karena ketidakpastian tentang kelanjutan hidup mereka dan berpikir terlalu banyak tentang masa depan.² Istilah “*quarter life crisis*” pertama kali diperkenalkan oleh *Alexandra Robbins dan Abby Wilner* dalam buku mereka yang berjudul “*Quarter Life Crisis: The Unique Challenges of Life in Your Twenties*” yang diterbitkan pada tahun 2001. Konsep ini diambil dari teori *emerging adulthood* yang diusulkan oleh *Jeffery Arnett*. Pada usia ini, individu umumnya sudah memiliki gambaran tentang kehidupan yang ingin mereka jalani, termasuk rencana terkait pendidikan, karier, dan pernikahan.³

Data dari Risesdas tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi gangguan mental emosional, yang ditandai oleh gejala depresi dan kecemasan mencapai sekitar 6,1% dari total populasi di Indonesia untuk usia 15 tahun ke atas, yang

¹ Miftahul Jannah, Siti Rozaina Kamsani, Nurhazlina Mohd. Ariffin, “Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai,” *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak* 7, no. 2 (2021): 114, <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430> h.117.

² Tim Medis Siloam Hospitals, “Quarter Life Crisis: Defenisi, Penyebab, dan Cara Mengatasi,” n.d., Di akses pada tanggal 20 Oktober 2024 dari <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-quarter-life-crisis>

³ Putri Resha Pamungkas dan Grendi Hendrastomo, “Quarter life crisis di kalangan mahasiswa,” *Saskara: Indonesian Journal of Society Studies* 4, no. 1 (2024): h.175–176.

setara dengan sekitar 11 juta orang. Di kalangan remaja berusia lima belas sampai tiga puluh tahun, persentase yang mengalami depresi adalah sebesar 6,2%. Depresi yang parah sering kali menyebabkan individu mengalami kecenderungan untuk menyakiti diri sendiri, bahkan berpotensi mengarah pada bunuh diri. Sebanyak 80 hingga 90% kasus bunuh diri dipicu oleh kondisi depresi dan kecemasan.⁴ Data survei rumah tangga berskala nasional yang dilakukan oleh Indonesia-National Adolescent *Mental Health Survey* (NAMHS) Tahun 2022 menunjukkan bahwa 1 dari 3 remaja (34,9%) atau setara dengan 15,5 juta remaja Indonesia memiliki masalah kesehatan mental dalam 12 bulan terakhir.⁵ Pada tahun 2023, menunjukkan sebanyak 6,1 % penduduk Indonesia berusia lima belas tahun sampai 30 tahun mengalami gangguan kesehatan mental.⁶ Kondisi ini diperparah dengan meningkatnya angka pengangguran yang mencapai 4,82% atau 7,2 juta jiwa per Februari 2024, dengan kelompok umur lima belas sampai 30 tahun mencapai angka tertinggi sebesar 16,42%.⁷

Kecemasan dan kebingungan yang berlebihan dalam kehidupan serta pilihan-pilihan yang harus diambil dapat menimbulkan kegalauan bagi setiap individu. Jika kondisi ini berlangsung terus-menerus, pikiran akan terasa terbebani, yang pada akhirnya dapat membuat seseorang menjadi pasif. Sikap pasif ini, pada gilirannya, dapat membuat individu merasa terjebak dan

⁴ Iceu Amira et al., “Penyuluhan tentang Kesehatan Jiwa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan,” *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6, no. 4 (2023): 1693–1704, <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9479> h.1694

⁵ Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak, “Kolaborasi KemenPPPA dan UNICEF: Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementerian dan Lembaga,” Biro Hukum dan Humas, 2024, <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==> (Diakses pada 6 Desember 2024)

⁶ Rokom, “Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa,” *sehatnegeriku.kemkes.go.id*, 2023, <https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>.

⁷ Badan Pusat Statistik, “Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 4,82 persen dan Rata-rata upah buruh sebesar 3,04 juta rupiah per bulan,” *www.bps.go.id*, 2024, <https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/2372/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-82-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-3-04-juta-rupiah-per-bulan.html>.

bingung mengenai langkah yang harus diambil. Seiring berjalannya waktu, keadaan ini dapat menyebabkan stres yang berpotensi berujung pada depresi.⁸

Quarter Life Crisis dapat disebabkan oleh banyak hal. Faktor internal termasuk ketika seseorang masih bingung atau belum menemukan jati dirinya, bingung menentukan pilihan karier yang cocok untuk masa depan, kurangnya motivasi, kurangnya percaya diri, dan ketidakpuasan diri karena selalu membandingkan kehidupannya dengan orang lain. Faktor-faktor yang berasal dari luar termasuk tuntutan, tekanan, dan kritik dari keluarga dan masyarakat. Fenomena *quarter life crisis* menjadi semakin relevan seiring dengan pesatnya perubahan sosial dan ekonomi, yang menyebabkan proses transisi menuju kedewasaan menjadi lebih kompleks dan penuh tantangan. Banyak individu mengalami kebingungan arah serta kehilangan tujuan hidup di tengah tingginya ekspektasi dan tekanan untuk meraih kesuksesan.⁹ Mereka menghadapi tekanan signifikan untuk segera memasuki dunia kerja, memenuhi harapan keluarga, serta merancang masa depan yang mapan. Tidak sedikit di antara mereka yang mengalami kebingungan dan ketidakpastian dalam mengambil keputusan, disertai dengan kegelisahan eksistensial yang berkaitan dengan pencarian makna hidup dan pembentukan identitas diri.¹⁰

Salah satu contoh fenomena sosial yang sering di temui dalam kehidupan sehari-hari yaitu ketika lulus dari perguruan tinggi merasa bingung memilih pekerjaan yang sesuai dengan minat dan keahlian, atau merasa terjebak di pekerjaan yang tidak sesuai passion. Kemudian merasa tertekan karena melihat teman sebaya sudah menikah, memiliki pekerjaan tetap, atau membeli rumah,

⁸ Karpika I Puti dan Segel Ni Wayan Widiyani, "Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia," *Widyadari* 22, no. 2 (2021): 513–27, <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>. h. 523

⁹ Karina Widia Ratih, Mulya Virgonita, dan Iswindari Winta, "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan dan Peluang" 5, no. September (2024): 8186–8193. h. 8190

¹⁰ Firman Bayu Permana dan Magister Sains Psikologi, "Quarter Life Crisis in Emerging Adulthood Quarter Life Crisis Pada Masa Emerging Adulthood" 14, no. 2 (2025): 187–95, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2> p-ISSN: 2302-2582 e-ISSN: 2657-0963 Quarter. h. 193

sementara diri sendiri masih belum mencapai apa-apa, muncul juga perasaan iri atau minder ketika melihat pencapaian orang lain di media sosial. Yang terakhir yaitu, sering merasa tidak punya tujuan hidup yang jelas.¹¹ Pengaruh sosial media adalah komponen lain yang sangat penting yang berdampak negatif terhadap *quarter life crisis*. Tentu saja, sosial media memberikan dampak positif dengan memperluas dan memperbanyak jejaring sosial, yang memungkinkan individu berinteraksi dan mengekspresikan diri, tetapi juga memiliki efek negatif, seperti memicu distorsi atau penyimpangan. Fenomena ini tidak hanya merupakan masalah individu, tetapi juga menjadi isu global yang berdampak pada berbagai aspek kehidupan, mulai dari karier dan hubungan interpersonal hingga pembentukan identitas diri.¹²

Individu yang mengalami krisis pada usia dua puluhan cenderung lebih rentan terhadap penurunan dalam aspek keagamaan, meskipun agama dapat menjadi sumber solusi bagi berbagai masalah yang dihadapi. Kurangnya pemahaman, penghayatan, dan partisipasi aktif dalam kegiatan keagamaan yang dianut bisa memicu berbagai masalah, seperti depresi dan kehilangan makna hidup. Fenomena penurunan penghayatan terhadap kepercayaan seringkali terjadi pada kalangan muda berusia lima belas sampai tiga puluh tahun. Hal ini menunjukkan bahwa remaja rentang usia tersebut sangat rentan mengalami masalah psikologis, salah satunya adalah *quarter life crisis* yang berkaitan dengan penurunan penghayatan terhadap agama yang mereka anut.¹³

Secara ideal, fase transisi menuju dewasa muda dipandang sebagai suatu periode yang strategis untuk membentuk jati diri, mengoptimalkan potensi pribadi, serta meraih tujuan hidup yang diharapkan. Namun demikian, dalam realitasnya, tidak sedikit individu yang mengalami keterjebakan dalam situasi

¹¹ Ratih, Virginita, dan Winta, "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan dan Peluang." h.8188

¹² Hanin Alkatiri dan Rizqi Amalia Aprianty, "Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal," *Jurnal Psikologi* 1, no. 2 (2024): 7, <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i2.2269> h.7

¹³ Alfiesyahrianta Habibie, Nandy Agustin Syakarofath, dan Zainul Anwar, "Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa," *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 5, no. 2 (2019): 129, <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948> h.131

ketidakpastian, kecemasan, bahkan keputusan.¹⁴ Harapan akan tercapainya kehidupan yang stabil dan penuh keberhasilan kerap kali tidak selaras dengan kondisi nyata yang dipenuhi oleh berbagai tantangan dan tekanan. Ketimpangan antara ekspektasi dan realitas tersebut dapat memicu berbagai permasalahan psikologis, seperti stres, depresi, menurunnya motivasi, hingga munculnya perilaku menyimpang.¹⁵

Dalam situasi krisis tersebut, sejumlah individu berupaya menemukan solusi melalui pendekatan psikologi modern. Namun, tidak sedikit pula yang memilih untuk merujuk pada ajaran agama, khususnya al-Qur’ān, sebagai sumber pemecahan masalah. Al-Qur’ān diyakini mengandung nilai-nilai yang mampu memberikan ketenangan batin, membangkitkan motivasi, serta menawarkan pedoman hidup dalam menghadapi berbagai tantangan, termasuk krisis seperempat abad (*quarter-life crisis*).¹⁶

Al-Qur’ān sebagai sumber utama pedoman hidup bagi umat Islam, menyediakan solusi serta perspektif dalam menghadapi berbagai permasalahan kehidupan, termasuk fenomena *quarter life crisis* (QLC) dan eksistensial pada masa *emerging adulthood*. Penafsiran ayat-ayat al-Qur’ān oleh para mufasir klasik maupun kontemporer dapat memberikan wawasan penting dalam memahami dan mengatasi *quarter life crisis*. Dua karya tafsir yang memiliki relevansi khusus dalam konteks ini adalah Tafsir al-Marāgi karya ‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi dan Tafsir Lathaiful Isyarat karya imam Al-Qusyairī. Al-Marāgi, melalui pendekatan yang rasional dan kontekstual, menawarkan penafsiran yang sesuai dengan tantangan kehidupan modern.¹⁷ Sementara itu, imam Al-Qusyairī, dengan fokus pada aspek pendekatan tasawuf (sufistik)

¹⁴ Dinda Dewi Santri, Cholifatun Nurrochmah, dan Hengki Hendra Pradana, “Dinamika Quarter Life Crisis pada Masa Dewasa Awal” 3, no. 1 (2025): 118–31. h. 121

¹⁵ Jurnal Bimbingan, Konseling Vol, dan Bulan Agustus Tahun, “Kajian Fenomenologis Tentang Fase Quarter Life Crisis (QLC) Pada Generasi Z Di Desa Gedangan” 9, no. 3 (2025): 1608–20, <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7532>, h. 1612

¹⁶ Akhmad Aidil Fitra, “Kesehatan Mental dan Spiritualitas : Bagaimana Konsep Al-Qur’ān Menghadapi Krisis Psikologis Era Kontemporer?” 4, no. 1 (2025): 115–30, <https://doi.org/https://doi.org/10.58363/alfahmu.v4i.281> h. 116

¹⁷ Ega Maturrochman, “Analisis Penerapan Metode Tafsir Al-Maraghi terhadap Kemampuan Interpretasi Al-Qur’ān,” *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan* 4, no. 2 (2024): 225–36, <https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v4i2.1740> h. 231

dengan corak isyari, yang menekankan pemaknaan batin atau makna tersirat dari ayat-ayat al-Qur'an, bukan sekadar makna lahiriyah. Al-Qusyairi dalam karya tersebut berupaya mengharmoniskan peran hati (kalbu) dan akal, sehingga penafsirannya menjadi mudah dipahami, karena disampaikan dengan bahasa yang sederhana, jelas, dan ringan.¹⁸

Studi komparatif terhadap kedua karya tafsir ini memiliki urgensi untuk mendalami bagaimana al-Qur'an dapat berfungsi sebagai sumber solusi terhadap fenomena *quarter life crisis*. Walaupun masing-masing tafsir telah banyak dianalisis dalam berbagai penelitian, kajian yang secara spesifik membandingkan interpretasi keduanya terhadap ayat-ayat yang berkaitan dengan *quarter life crisis* serta relevansi penafsiran tersebut dalam konteks kehidupan kontemporer masih relatif terbatas. Oleh karena itu, banyak yang menyakini bahwa al-Qur'an dapat memberikan petunjuk serta solusi untuk berbagai permasalahan yang dihadapi dalam hidup. Al-Qur'an mengandung berbagai nilai spiritual, moral, dan etika yang dapat menjadi pegangan bagi individu dalam menghadapi *quarter life crisis*. Ajaran-ajaran seperti kesabaran, syukur, tawakkal, serta pentingnya menggapai ridha dari Allah Swt, dapat memberikan ketenangan, kekuatan, dan petunjuk dalam menjalani kehidupan.¹⁹

Kajian mengenai *quarter-life crisis* (QLC) dalam perspektif al-Qur'an telah mulai dilakukan, salah satunya melalui penafsiran Quraish Shihab dalam Tafsir al-Misbah yang menyoroti pentingnya nilai-nilai seperti kesabaran, tawakal, dan sikap optimis dalam menghadapi krisis kehidupan.²⁰ Namun demikian, sebagian besar penelitian yang ada cenderung terbatas pada satu pendekatan atau sumber tafsir tertentu. Hingga saat ini, kajian komparatif yang secara

¹⁸ Abdul Ghoni dan Hari Fauji, "Kajian Metodologis dalam Kitab Tafsir Lathaif al-Isyarat Karya Imam al-Qusyairi," *Mashadiruna Jurnal Ilmu Al-Qur'an dan Tafsir* 2, no. 2 (2023): 237–43, <https://doi.org/10.15575/mjiat.v2i2.30657>. h.240

¹⁹ Ayu Dwi Yanti dan Karina Sisnu Untari, "Analisis Peranan Tawakal Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Generasi Z Di Era Digital" 8, no. 7 (2024): 644–649. h.645

²⁰ Asmaus Sa'adah, "Quarter Life Crisis Dalam Al-Qur'an (Studi Penafsiran Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah)" Skripsi (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024).

mendalam menganalisis ajaran al-Qur'ān dalam menghadapi *quarter life crisis* melalui dua tafsir besar dengan corak penafsiran yang berbeda, yaitu Tafsir al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt, masih relatif terbatas. Studi perbandingan terhadap kedua tafsir tersebut menjadi penting dalam rangka memperkaya wacana solusi al-Qur'ān terhadap problematika *quarter life crisis*, sekaligus menggali relevansi dan keunggulan masing-masing pendekatan dalam konteks dinamika kehidupan generasi muda masa kini.

Berdasarkan permasalahan yang telah diutarakan, penulis merasa terdorong untuk melakukan penelitian yang lebih mendalam mengenai ajaran al-Qur'ān dalam mengatasi *quarter life crisis* dengan menggunakan perspektif teori *Emerging Adulthood* Jeffery Arnet. Untuk itu, penulis memilih untuk menggunakan tafsir al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt. Pemilihan kedua tafsir ini didasari oleh sifatnya yang kontemporer dan klasik, serta relevansi yang tinggi dengan tantangan kehidupan di era saat ini.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Apa persamaan dan perbedaan penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* menurut kitab tafsir *Al-Marāgi* dan *Laṭ'āif Al-Isyārāt* ?
2. Bagaimana relevansi penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* menurut kitab tafsir *Al-Marāgi* dan *Laṭ'āif Al-Isyārāt* di era kontemporer?
3. Bagaimana strategi implementasi konsep al-Qur'ān dalam mengatasi *Quarter Life Crisis* ?

C. Tujuan dan Manfaat Penelitian

Adapun tujuan penelitian ini sebagai berikut:

1. Untuk mengetahui persamaan dan perbedaan penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* menurut kitab tafsir *Al-Marāgi* dan *Laṭ'āif Al-Isyārāt*.
2. Untuk mengetahui relevansi penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* menurut kitab tafsir *Al-Marāgi* dan *Laṭ'āif Al-Isyārāt* dan cara mengatasinya pada kehidupan kontemporer.
3. Untuk mengetahui strategi implementasi konsep al-Qur'ān dalam mengatasi *Quarter Life Crisis*.

Penulis berharap dari penelitian ini bisa memberikan manfaat baik teoritis maupun praktis :

1. Manfaat Teoritis:

Secara teoritis, penelitian ini dapat memberikan pemahaman yang lebih mendalam tentang masalah *quarter life crisis* dari sudut pandang al-Qur'ān. Diharapkan penelitian ini dapat menjadi kontribusi yang berharga dalam pengembangan ilmu agama, khususnya bidang studi tafsir. Selain itu, diharapkan pula dapat memperkaya wawasan dan pengetahuan individu maupun kelompok mengenai penafsiran 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi dan imam Al-Qusyairī terkait *quarter life crisis*, yang dibahas dalam Tafsir al-Marāgi dan Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt.

2. Manfaat Praktis

Secara praktis, penelitian ini dapat berfungsi sebagai panduan praktis bagi individu yang mengalami *quarter life crisis*. Dengan merujuk pada ajaran al-Qur'ān, individu dapat menemukan solusi dan inspirasi untuk menghadapi tantangan hidup mereka dengan cara yang lebih positif.

D. Tinjauan Pustaka

Untuk membuktikan keaslian penelitian ini, selama proses penyusunannya, penulis menemukan beberapa karya ilmiah yang berkaitan dengan Konsep Al-Qur'ān untuk Mengatasi *Quarter Life Crisis* (Studi Komparatif Dalam Tafsir al-Marāgi Tafsir *Lathāif al-Isyārāt*. Namun, penulis tidak menemukan buku atau karya ilmiah yang memiliki judul yang sama dengan judul skripsi ini.

Adapun beberapa karya ilmiah yang relevan dengan tema *quarter life crisis* adalah sebagai berikut:

1. Skripsi yang berjudul, “Konsep Tawakal Dalam Tasawuf Sebagai Psikoterapi *Quarter Life Crisis*” yang ditulis oleh Asmaul Rofi pada tahun 2022. Skripsi ini mengkaji konsep tawakkal dalam konteks tasawuf sebagai suatu bentuk psikoterapi untuk mengatasi *quarter life crisis*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat dua poin penting yang perlu diperhatikan untuk mencapai sikap tawakkal yang dapat digunakan sebagai metode terapi. Pertama, sikap tawakkal dapat dibentuk melalui pengetahuan. Kedua, iman

dan tauhid berperan sebagai pintu utama dalam mencapai sikap tawakkal. Adapun langkah-langkah tawakkal sebagai metode terapi dalam menghadapi *quarter life crisis* antara lain: mengenal Allah serta segala kehendaknya, menetapkan hubungan sebab akibat, memperkuat hati dengan pemahaman tauhid, menggantungkan harapan kepada Allah, berprasangka baik, berserah diri dan tunduk kepada Allah, serta menerima keadaan yang ada.

Dengan demikian, tawakkal yang dihubungkan dengan iman dan tauhid akan memberikan ketenangan bagi seorang mukmin, serta menciptakan sikap optimis, stabil, dan ketenangan jiwa yang baik dalam kondisi suka maupun duka. Hal ini akan membuat individu menjadi lebih percaya diri, memiliki keberanian dalam menghadapi setiap persoalan, serta merasakan ketenangan dan ketentraman jiwa. Selain itu, kedekatan dengan Allah SWT akan menjadikan tawakkal sebagai suatu bentuk terapi yang efektif dalam menghadapi *quarter life crisis*.²¹ Terdapat persamaan yang signifikan dalam penelitian ini, yaitu penggunaan metode penelitian kepustakaan. Namun, perbedaan utama terletak pada fokus pembahasan, skripsi ini menganalisis psikoterapi sebagai solusi untuk masalah *quarter life crisis*. Namun, fokus penelitian ini lebih pada ajaran al-Qur'ān sebagai solusi untuk masalah yang terkait dengan *quarter life crisis*. Dengan demikian, kontribusi dari penelitian ini adalah memberikan gambaran tentang peran al-Qur'ān dalam mengatasi masalah *quarter life crisis*.

2. Skripsi yang berjudul, “Religiusitas Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Santri Pondok Pesantren Al-Qur'ān Al-Amin Pabuaran Banyumas” yang ditulis oleh Yunita Rahmasari pada tahun 2023. Skripsi ini mengkaji religiusitas yang mencakup dimensi peribadatan dan praktik, merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengatasi *quarter life crisis*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa religiusitas dalam dimensi peribadatan dan praktik yang meliputi pelaksanaan shalat fardhu, shalat

²¹ Asmaul Asrofi, “Konsep Tawakkal Dalam Tasawuf Sebagai Psikoterapi *Quarter Life Crisis*” Skripsi (Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022). h.5

sunnah, serta pengajian secara teratur, dapat berkontribusi dalam menghadapi *quarter life crisis*. Meskipun hasil penelitian mengindikasikan bahwa praktik religius yang dilakukan oleh subjek tidak selalu membawa perubahan, signifikan, hal tersebut tetap dapat dijadikan sebagai suatu sumber kekuatan dan pegangan dalam menghadapi *quarter life crisis*.²² Persamaannya terletak pada pembahasan mengenai *quarter life crisis* dari sudut pandang religius. Namun, perbedaannya terletak pada fokus penelitian yang dilakukan oleh Yunita yang hanya mengkaji peran religiusitas dalam menghadapi *quarter life crisis ini*. Sementara itu, penulis menekankan pada penafsiran yang berkaitan dengan ajaran al-Qur’ān serta metode untuk mengatasi *quarter life crisis*. Kontribusi dari penelitian ini adalah dapat menambah wawasan dan referensi mengenai cara menghadapi *quarter life crisis* dengan melaksanakan shalat fardhu, shalat sunnah, serta pengajian yang dilakukan secara teratur.

3. Skripsi yang berjudul, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan *Quarter Life Crisis* Pada Mahasiswa Tingkat Akhir” yang ditulis oleh Ameliya Rahmawati pada tahun 2020. Penelitian ini membahas dinamika psikologis dukungan sosial yang berperan penting dalam mempertahankan kehidupan, mengelola setiap peristiwa yang menekan, serta upaya untuk menyelesaikan berbagai permasalahan sesuai dengan peran dan tanggung jawab yang diemban. Dukungan sosial yang kuat dari hubungan terdekat, seperti teman, keluarga, dosen, atau lembaga kampus, sangat penting bagi mahasiswa tingkat akhir yang tengah menghadapi krisis emosional, yang sering kali dikenal sebagai *quarter life crisis*. Kekuatan dukungan ini dapat membantu mengurangi tingkat kecemasan, meringankan kekhawatiran yang dialami, serta meningkatkan penerimaan terhadap pencapaian yang telah diraih. Lebih jauh lagi, dukungan ini merupakan bagian dari proses psikologis yang penting untuk mempertahankan perilaku sehat individu,

²² Yunita Rahmasari, “Religiusitas Dalam Menghadapi *Quarter Life Crisis* Pada Santri Pondok Pesantren Al-Qur’ān Al-Amin Pabuaran Banyumas” Skripsi (Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023). h.6

sehingga dapat meningkatkan kepercayaan diri dan kemampuan mereka.²³ Kesamaan antara kedua penelitian ini terletak pada penggunaan metode kualitatif. Namun, perbedaan yang mencolok adalah bahwa penelitian ini lebih berfokus pada berbagai bentuk dukungan sosial yang dapat membantu mengurangi masalah *quarter life crisis*. Sementara itu, kajian yang penulis teliti lebih fokus pada bagaimana ajaran al-Qur’ān dapat berperan dalam mengatasi *quarter life crisis* tersebut. Kontribusi dari penelitian ini adalah sebagai referensi tambahan mengenai masalah *quarter life crisis* dari sudut pandang al-Qur’ān serta cara untuk menghadapinya.

4. Skripsi yang berjudul “Konsep Istiqamah Dalam Al-Qur’an” yang ditulis oleh Salman Hasan Ansori pada tahun 2024. Penelitian ini bertujuan untuk mengkaji metode penafsiran dalam kitab **Tafsir Lathāif al-Isyārāt* dan *Tafsir Al-Asās fī al-Tafsīr*, serta menganalisis penafsiran ayat-ayat tentang istiqamah menurut Imām al-Qusyairī dan Sa’īd Ḥawwā guna mengidentifikasi persamaan dan perbedaan antara kedua mufasir tersebut. Pendekatan yang digunakan dalam penelitian ini adalah pendekatan kualitatif dengan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), serta menerapkan analisis komparatif sebagai metode dalam membandingkan penafsiran kedua tokoh. Sumber data primer diperoleh langsung dari kedua kitab tafsir tersebut, sedangkan data sekunder berasal dari buku, jurnal, skripsi, dan literatur lainnya yang relevan dan mendukung kajian ini. Adapun hasil penelitian menunjukkan bahwa: Pertama, untuk mencapai sikap istiqamah dalam berbuat baik diperlukan proses bertahap yang meliputi tiga tahap, yaitu: (1) kedisiplinan diri, (2) pembinaan hati, dan (3) penghayatan terhadap rahasia serta hikmah dari syariat. Kedua, ciri seseorang yang telah mencapai istiqamah meliputi keteguhan dalam keyakinan bahwa hanya Allah semata yang pantas disembah dan dijadikan tempat bergantung, sikap konsisten dalam melakukan amal kebajikan,

²³ Ameliya Rahmawati, “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir” Skripsi (Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020). h.34

keteguhan dalam menjalankan tanggung jawab, serta semangat dalam memperdalam pemahaman agama. Ketiga, metode penafsiran yang digunakan dalam Tafsir *Lathāif al-Isyārāt* dan *Al-Asās fī al-Tafsīr* adalah metode tahlili, dengan susunan penafsiran mengikuti urutan surat dalam mushaf Al-Qur'an.²⁴

Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah sama-sama menggunakan kitab tafsir *Lathāif al-Isyārāt* dan sama menggunakan studi komparatif (perbandingan). Perbedaan penelitian terdapat pada fokus penelitian, fokus penelitian ini adalah konsep istiqamah dalam al-Qur'an, sedangkan penulis mengambil fokus penelitian ini adalah mengenai ajaran al-Qur'an untuk mengatasi *quarter life crisis*: studi komparatif tafsir *al-Marāgi* dan tafsir *Laṭ'āif Al-Isyārāt*.

5. Jurnal berjudul, “Kajian Perbandingan Penafsiran Surah al-Takasur Antara Al-Marāgi dan Sayyid Qutb Serta Relevansi Nilai-Nilai Kehidupan di Masa Kini” yang ditulis oleh Mahrus Ali Faiz, Muhammad Misbah, dan Muhammad Masruri. Tujuan penelitian ini adalah untuk membandingkan dan mengkomparasikan pemikiran kedua tokoh dalam menafsirkan surat al-Takasur. Metode yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan kualitatif dan komparatif yang menggunakan penelitian kepustakaan. Adapun hasil dari penelitian ini adalah persamaan di antara penafsiran di kedua tokoh tersebut adalah sama- sama menggunakan metode *tahlili* (analisis) dan bercorak *adabi ijtimā'i* dan berisi tentang himbauan kepada masyarakat agar beriman kepada Allah Swt serta menjauhi perbuatan yang tercela. Sedangkan perbedaannya, Al-Marāgi mencantumkan aspek-aspek seperti *munasabah*, *asbab al-nuzul*, dan penafsiran kata-kata sukar untuk memahami surat al-Takasur dan Sayyid Qutb menafirkan surat al-Takasur dengan menambahkan muqaddimah surat terlebih dahulu, untuk memberikan gambaran umum tentang maksud dan tujuan surat al-Takasur

²⁴ Salman Hasan Ansori, “Konsep Istiqamah Dalam Al-Qur'an (Studi Komparatif Tafsir Lathaif al-Isyarat dan Tafsir Al-Asas fi Al-Tafsir)” Skripsi (Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024).

serta menggunakan metode penggambaran yaitu dengan memberikan *muqabalah* (perbandingan) gambaran orang yang dilalaikan oleh sikap bermegah-megahan. Adapun nilai-nilai dalam kandungan surah al-Takasur ini dibagi menjadi tiga poin, yakni nilai akhlak, sosiologis dan akidah yang mana dapat dipetik dan di aplikasikan ke dalam kehidupan harian.²⁵ Persamaan penelitian ini dengan penelitian penulis adalah sama- sama menggunakan kitab tafsir *al-Marāgi* dan Tafsir *Fī Zilālil al-Qur’ān*. Perbedaan terdapat pada fokus penelitian, fokus penelitian ini adalah perbandingan penafsiran surah al-Takasur antara al-Marāgi dan Sayyid Qutb serta relevansi nilai-nilai kehidupan di masa kini, sedangkan penulis mengambil fokus tentang ajaran al-Qur’ān untuk mengatasi *quarter life crisis*: studi komparatif tafsir *al-Marāgi* dan Laṭ’āif Al-Isyārāt.

E. Metode Penelitian

1. Jenis Penelitian

Penulisan ini menggunakan jenis penelitian kepustakaan (*library research*), yakni penelitian yang semua datanya berasal dari bahan-bahan tertulis berupa buku, naskah, dokumen, jurnal, foto, dan lain-lain.²⁶ Penelitian ini tergolong dalam jenis penelitian kualitatif dengan menggunakan teknik dokumentasi, yakni metode pengumpulan data yang bersumber dari literatur atau bahan pustaka yang memiliki keterkaitan dengan objek kajian. Adapun pendekatan yang digunakan dalam analisis data adalah pendekatan muqarin (komparatif), yang bertujuan untuk membandingkan ayat-ayat al-Qur’ān yang memiliki kesamaan atau kemiripan redaksi dalam dua atau lebih konteks kasus, maupun ayat-ayat yang menggunakan redaksi berbeda untuk menjelaskan satu kasus yang sama. Selain itu, dilakukan pula perbandingan antara ayat-ayat al-Qur’ān dengan hadis-hadis yang secara lahiriah tampak mengandung kontradiksi.

²⁵ Mahrus Ali Faiz, Muhammad Misbah, dan Muhammad Masruri, “Kajian Perbandingan Pentafsiran Surah Al-Takasur Antara Al-Maraghi dan Sayyid Qutb Serta Relevansi Nilai-Nilai Kehidupan di Masa Kini,” *Advances in Humanities and Contemporary Studies* 1, no. 1 (2020): 64–75, <http://publisher.uthm.edu.my/periodicals/index.php/ahcs>.

²⁶ Nashruddin Baidan dan Erwati Aziz, “Metodologi Khusus Penelitian,” 2016, 1–127. h.25

Di samping itu, juga membahas perbedaan pandangan di kalangan ulama tafsir dalam menafsirkan ayat-ayat al-Qur'ān.²⁷

2. Sumber Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode penelitian pustaka (*library research*), sehingga sumber data yang digunakan berasal dari berbagai buku dan kitab tafsir yang relevan dengan tema yang diteliti. Sumber pengumpulan data dibagi menjadi dua kategori, yaitu sumber data primer dan sumber data sekunder.

Sumber data primer dalam penelitian ini terdiri dari al-Qur'ān yang dijadikan sebagai objek kajian utama. Kitab tafsir yang dipilih dan relevan dengan tema penelitian ini adalah antara lain Tafsir al-Marāgi karya 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi, serta Tafsir Lathāif al-Isyārāt karya imam Al-Qusyairī.

Sementara itu, sumber data sekunder yang digunakan dalam penelitian ini meliputi buku-buku yang berkaitan dengan tema yang dibahas. Selain itu, penulis juga merujuk pada kitab tafsir lainnya, artike-artikel dari internet, serta berbagai jurnal yang relevan dengan judul penelitian ini.

3. Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data adalah metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi yang akan diteliti. Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode studi literatur atau kepustakaan, yaitu rangkaian kegiatan yang berkenaan dengan pengumpulan data pustaka, membaca, mencatat, serta mengolah bahan penelitian. Mestika Zed menjelaskan bahwa kedudukan studi pustaka di dalam penelitian studi literatur atau studi kepustakaan berfungsi sebagai langkah awal untuk menyiapkan kerangka peneliti dan juga untuk memperoleh data penelitiannya.²⁸ Berikut adalah langkah-langkah yang akan diambil dalam penelitian ini:

²⁷ Nashruddin Baidan, *Metode Penafsiran Al-Qur'an: kajian kritis terhadap ayat-ayat yang beredaksi mirip*, Cet. 1 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000). 59-60

²⁸ Mestika Zed, *Metode Penelitian Kepustakaan*, Cet.4 (Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017). h.3-5

- a. Mengumpulkan ayat-ayat al-Qur'ān yang relevan dengan topik penelitian
 - b. Mengumpulkan kitab tafsir, terutama dari kitab tafsir *al-Marāgi* dan *Laṭ'āif Al-Isyārāt*
 - c. Mengumpulkan data-data pendukung lainnya, termasuk buku-buku, kitab tafsir tambahan, serta jurnal-jurnal yang membahas mengenai *quarter life crisis*
4. Teknik Analisis Data

Dalam penelitian ini, penulis menggunakan metode deskriptif analisis untuk menganalisis data. Jenis penelitian ini adalah kualitatif dengan pendekatan komparatif, di mana pemikiran 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi dalam kitab tafsir *al-Marāgi* dibandingkan dengan pemikiran Imam Al-Qusyairī dalam tafsir *Laṭ'āif Al-Isyārāt*. Fokus utama dari perbandingan ini adalah mengenai bagaimana ajaran al-Qur'ān dalam mengatasi *quarter life crisis*. Penulis akan mendeskripsikan pemikiran masing-masing tokoh, menganalisis kedua tafsir tersebut, serta memberikan kesimpulan berdasarkan hasil perbandingan yang dilakukan.

F. Sistematika Penulisan

Adapun sistematika yang akan digunakan untuk memudahkan pembahasan dalam skripsi ini, penulis membagi pembahasan menjadi lima bab, dengan rincian sistematika sebagai berikut:

Bab Pertama, ini adalah bab pendahuluan yang mencakup penjelasan mengenai latar belakang masalah. Selanjutnya, akan dibahas mengenai identifikasi masalah, batasan masalah, serta rumusan masalah guna memastikan fokus penelitian pada isu yang akan diteliti. Setelah itu, akan diuraikan mengenai tujuan dan manfaat penelitian, serta metode penelitian yang diterapkan, metode pengumpulan data, metode analisis data, dan pendekatan teori. Terakhir, akan dibahas teknik dan sistematika penulisan.

Bab kedua, memuat landasan teori yang digunakan oleh penulis dalam penelitian ini sebagai dasar pemikiran. Dalam bab ini, disajikan gambaran umum mengenai masalah *quarter life crisis*, yang mencakup pengertian

quarter life crisis, faktor-faktor *quarter life crisis*, dampak *quarter life crisis*, strategi menghadapi *quarter life crisis*. Selain itu, penulis juga menyertakan istilah-istilah yang relevan yang terdapat dalam al-Qur'ān terkait dengan permasalahan *quarter life crisis*.

Bab ketiga, merupakan pembahasan mengenai biografi singkat para mufassir, yaitu 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāḡi dan imam Al-Qusyairī. Pada bab ini, juga akan dijelaskan mengenai kitab tafsir yang mereka tulis, yang mencakup identifikasi fisiologis, identifikasi metodologis, serta identifikasi ideologis mereka.

Bab keempat, merupakan inti dari pembahasan skripsi ini, yang membahas penafsiran 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāḡi dan terhadap ajaran dan ayat-ayat al-Qur'ān yang berkaitan dengan masalah *quarter life crisis*. Selain itu, bab ini juga disertai dengan analisis komparatif terhadap kedua tafsir tersebut untuk mengeksplorasi persamaan dan perbedaan yang ada dalam konteks *quarter life crisis*.

Bab kelima, merupakan penutup yang memuat kesimpulan dan merangkum jawaban atas rumusan masalah yang telah diuraikan, serta termasuk saran-saran untuk penelitian yang akan datang.

BAB II

GAMBARAN UMUM TENTANG *QUARTER LIFE CRISIS*

A. Gambaran Umum *Quarter Life Crisis*

1. Pengertian *Quarter Life Crisis* (QLC)

Nicole dan Carolyn mengatakan *Quarter Life Crisis* adalah keadaan di mana individu menghadapi ketidakstabilan karena banyaknya perubahan, diantaranya rasa cemas dan tidak berdaya pada diri sendiri. Menurut Thorspecken, *Quarter Life Crisis* adalah kebingungan terhadap diri sendiri dan mulai mempertanyakan pilihan karir dan identitas diri. Beberapa orang menganggapi masalah ini dengan berhenti dari pekerjaan, menunda keputusan karir, depresi, atau kecemasan.¹

Menurut Robbin dan Wilner, *quarter life crisis* adalah ketika seseorang mengalami masalah psikologis, krisis emosional, dan merasa terombang-ambing dalam kehidupannya. Individu mengalami tekanan yang berlebihan sebagai akibat dari *quarter life crisis* karena mereka cemas dan khawatir tentang kehidupan yang akan datang. Oleh karena itu, tantangan yang dihadapi seseorang selama *quarter life crisis* memiliki dampak yang signifikan terhadap cita-cita mereka, tantangan akademik mereka, dan karir mereka.²

Quarter life crisis di Indonesia disebut “krisis seperempat abad” atau “krisis seperempat baya”. Alexandra Robbins dan Abby Wilner adalah orang pertama yang menjelaskan istilah *Quarter Life Crisis* (QLC). Pada awalnya, *quarter life crisis* berkembang di masyarakat Amerika. Berawal dari kebingungan Wilner tentang apa yang harus dia lakukan setelah lulus dari perguruan tinggi, istilah *quarter life crisis* muncul. Kaum muda ini

¹ Uti Lestari, Luluk Masluchah, dan Wardatul Mufidah, “Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis,” *IDEA: Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (2022): 14–28, <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102> h. 16

² Dian Novita Siswanti et al., “Psikoedukasi Tentang Quarter Life Crisis: ‘Berdamai Dengan Diri Sendiri, Sadarilah Dirimu Berharga,’” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 2, no. 5 (2023): 952–59, <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i5.2245> h.954

dikenal sebagai “*twentysomethings*”, yang berarti mereka baru saja memulai kehidupan nyata setelah meninggalkan kenyamanan remaja.

Sejak buku “*Quarter life Crisis: The Unique Challenges of Life Your Twenties*” yang ditulis oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner di tahun 2001, fenomena *quarter life crisis* menjadi perhatian publik. Krisis ini dapat menyebabkan masalah psikologis, mulai dari yang ringan hingga yang parah, serta kehilangan identitas. Krisis ini, menurut Robbins dan Wilner mencakup transisi dari dunia akademik ke dunia nyata. Pada usia dua puluh tahun, orang sering mempertanyakan masa depan mereka. Krisis empat puluh tahun didefinisikan oleh Robbins dan Wilner sebagai respons individu terhadap situasi yang sangat tidak stabil, banyak pilihan, perubahan terus menerus, panik, dan rasa tidak berdaya.³

Teori *emerging adulthood* yang dikembangkan oleh Jeffery Arnett menyatakan bahwa individu yang berada dalam rentang usia lima belas sampai tiga puluh tahun sedang berada pada fase perkembangan psikososial yang khas, yaitu masa peralihan dari remaja menuju kedewasaan sepenuhnya. Pada periode ini, individu cenderung terlibat dalam proses eksplorasi identitas secara mendalam, menghadapi ketidakpastian, serta mencari makna hidup. Arnett menegaskan bahwa masa *emerging adulthood* ditandai oleh tingginya kebebasan dalam mengeksplorasi berbagai aspek kehidupan, termasuk karier, hubungan interpersonal, dan sistem nilai pribadi. Namun, kebebasan tersebut juga sering kali disertai dengan perasaan ragu-ragu dan tingkat kecemasan yang cukup tinggi. Pada periode ini, individu mengalami eksplorasi identitas, ketidakstabilan, fokus pada diri sendiri, merasa berada di antara (masa remaja atau dewasa), serta merasa penuh kemungkinan dan harapan masa depan.⁴

³ Sugita Putri Nur Anjayani, “Faktor-Faktor Quarter Life Crisis (Studi Kuantitatif Deskriptif Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang)” Skripsi (UIN Walisongo Semarang, 2021). h.35

⁴ Jeffrey Jensen Arnett, “Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties,” *American Psychologist* 55, no. 5 (2000): 469–80, <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469> h. 469-473

Terdapat keterkaitan yang erat antara teori emerging adulthood dan fenomena *quarter life crisis*, mengingat *quarter life crisis* merupakan manifestasi psikologis dari berbagai tantangan dan ketidakpastian yang muncul selama fase *emerging adulthood*. Dalam tahap ini, individu berada dalam proses eksplorasi dan pencarian identitas yang mendalam, sehingga mereka menjadi lebih rentan terhadap kebingungan serta kecemasan mengenai arah dan masa depan kehidupannya. Dengan demikian, *quarter life crisis* dapat dipahami sebagai bentuk krisis perkembangan yang lazim terjadi pada masa *emerging adulthood*, di mana individu berupaya menemukan tujuan hidup dan makna personal di tengah tekanan sosial serta tuntutan yang tinggi dari lingkungan sekitar.⁵

Meskipun al-Qur’ān tidak menjelaskan secara eksplisit tentang konsep krisis seperempat abad, beberapa kalimat di dalamnya menyatakan bahwa seseorang tidak perlu takut, cemas, atau bersedih secara terus menerus. Dijelaskan dalam al-Qur’ān surat al-Baqarah ayat 277.

إِنَّ الَّذِينَ آمَنُوا وَعَمِلُوا الصَّالِحَاتِ وَأَقَامُوا الصَّلَاةَ وَآتَوُا الزَّكَاةَ لَهُمْ أَجْرُهُمْ عِنْدَ رَبِّهِمْ
وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: “Sesungguhnya orang-orang yang beriman, beramal saleh, menegakkan salat, dan menunaikan zakat, mereka mendapatkan pahala di sisi Tuhannya. Tidak ada rasa takut pada mereka dan tidak (pula) mereka bersedih.”⁶

2. Faktor-Faktor yang Menyebabkan Quarter Life Crisis

Quarter life crisis yang dialami seseorang dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Yaitu faktor internal dan faktor eksternal.

a. Faktor Internal

Seseorang dapat mengalami *quarter life crisis* karena dipicu oleh individu sendiri. Disebabkan bahwa seseorang mengalami dan melewati

⁵ Firman Bayu Permana dan Magister Sains Psikologi, “Quarter Life Crisis in Emerging Adulthood Quarter Life Crisis Pada Masa Emerging Adulthood” 14, no. 2 (2025): 187–95, <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2> h.191-193

⁶ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.62

masa remaja, di mana dalam fase ini muncul karakteristik yang dapat menyebabkan *quarter life crisis*. Adapun faktor internal sebagai berikut:

- 1) Eksplorasi Identitas, proses eksplorasi remaja menuju kedewasaan dimulai pada tahap ini. Seseorang akan terus berusaha mencari identitasnya, mengeksplorasi, dan berkonsentrasi untuk mempersiapkan diri dari hal-hal sebelumnya tidak pernah ia pikirkan. Pada akhirnya, pencarian identitas diri akan membangun kesadaran tentang pilihan hidupnya. Kondisi seperti ini meningkatkan risiko *quarter life crisis*.⁷
- 2) Ketidakstabilan, perubahan gaya hidup yang dilakukan masyarakat memengaruhi perubahan ini. Gaya hidup generasi tua pasti akan berbeda dengan gaya hidup generasi millennial, sehingga perubahan ini akan berdampak pada mereka yang tidak siap dengan perubahan gaya hidup yang terus-menerus dan terkadang tidak sesuai dengan rencana.⁸
- 3) Fokus pada diri sendiri, individu mulai berusaha untuk menjadi mandiri, mulai dari belajar membuat keputusan dan bertanggung jawab atas keputusan individu sendiri, hingga mulai membangun fondasi untuk masa dewasa. Keputusan sulit seperti memilih perguruan tinggi, bekerja, mencoba kuliah dan bekerja, tetap kuliah atau keluar, apakah jurusan yang dipilih sesuai keinginan, dan sebagainya akan memengaruhi masa depan. Karena orang lain tidak benar-benar memahami apa yang diinginkan seseorang, orang lain

⁷ Muhammad Syifa'ussurur et al., "Menemukanali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: a Literature Study]," *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64, <https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61> h.58

⁸ Azwa Salsabila Anggraeni dan Udi Rosida Hijrianti, "Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik," *Cognicia* 11, no. 1 (2023): 15–23, <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.26176> h.18

tetap berpartisipasi dalam proses pengambilan keputusan, tetapi pada akhirnya individu itulah yang membuat akhir.⁹

- 4) Merasa di antara dua kondisi, adalah tahap di mana seseorang berada pada perasaan antara dewasa dan remaja, di mana individu harus memenuhi beberapa kriteria untuk menjadi dewasa karena masih belum dewasa secara penuh. Terkadang seseorang mungkin merasa bukan lagi remaja, tetapi individu juga mungkin merasa belum memenuhi kriteria dewasa, seperti bertanggung jawab penuh atas dirinya sendiri, membuat keputusan sendiri, dan mandiri secara finansial.¹⁰

b. Faktor Eksternal

Faktor eksternal adalah faktor yang bukan dari individu sendiri, melainkan dari luar individu. Faktor eksternal terdiri dari lingkungan sosial, kebutuhan sehari-hari, pendidikan, serta tradisi dan budaya.

- 1) Faktor Lingkungan, setiap individu ingin mendapatkan dukungan dari keluarga mereka, baik pasangan maupun orang tua. Dukungan moral, seperti doa, semangat, nasehat, adalah apa yang diinginkan setiap individu. Untuk mencegah ketidakselarasan, dukungan ini sangat penting. Ketidakselarasan antara keinginan orang tua yang kadang membuat kita tertekan.¹¹ Beberapa orang di masa peralihan dewasa percaya bahwa setiap individu akan memiliki sumber daya pengembangan dan keuangan yang lebih besar daripada yang lain. Mereka lebih bergantung pada pertumbuhan ego, yang merupakan kombinasi kemampuan untuk memahami orang lain dan diri sendiri. Di masa *quarter life crisis*, elemen lingkungan ini membuat individu

⁹ Amsal Qori Dalimunthe et al., “As-Syar’i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga Layanan Konseling Remaja dalam Mengatasi Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir” 6 (2024): 1013–1025, <https://doi.org/10.47476/assyari.v6i1.6005> h.1021

¹⁰ Anggraeni dan Hijrianti, “Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik.” h.19

¹¹ Siti Hasmah Fazira, Arri Handayani, dan Farikha Wahyu Lestari, “Faktor Penyebab Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal,” *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4, no. 2 (2022): 1349–58. h.2231

mengalami masalah, seperti merasa terbebani atau ditekan oleh keinginan lingkungan, seperti keluarga, yang seolah-olah menghalangi harapan yang telah dibuat.¹²

- 2) Faktor Sosial Budaya, dalam kehidupan, tidak ada perbedaan derajat sosial, agama, atau budaya yang signifikan, dan hal-hal ini tidak memiliki pengaruh terhadap kehidupan mereka. Oleh karena itu, penelitian ini menduga bahwa faktor sosial dan budaya dalam kehidupan mungkin tidak memberikan kontribusi yang signifikan terhadap masalah yang terkait dengan *quarter life crisis*. Hal ini mungkin disebabkan oleh fakta bahwa lingkungan seringkali identik. Meskipun terdapat sedikit perbedaan, sebagian besar mengatakan bahwa perbedaan tersebut tidak berdampak negatif pada setiap individu, malah membuat individu lebih toleran terhadap orang lain.¹³ Pada dasarnya, kehidupan seseorang akan dipengaruhi secara positif oleh keadaan derajat, agama, dan budaya yang baik. Semua itu dianggap sebagai bentuk hubungan pribadi dengan sosok yang diyakini (Tuhan), yang menghasilkan keinginan untuk taat dan patuh terhadap apa yang dianjurkan dan dilarang-Nya. Pengetahuan, keyakinan, praktik ibadah dan akidah, serta penghayatan agama dianggap mendukung pernyataan tersebut. Dinyatakan bahwa meningkatkan keyakinan dan amalan keagamaan dapat menghasilkan kebahagiaan, emosi positif, kepuasan hidup, dan moral yang lebih baik. Bahkan lebih jauh lagi, keyakinan dan praktik

¹² Dwi Indah Ramadani Putri, Hafnidar, dan Rini Julistia, "Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh Overview Of Quarter-Life Crisis In Final Level Students Of The Psychology Program Of Malikussaleh University," *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 2 (2023): 324–41, <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index> h. 334

¹³ Syifa'ussurur et al., "Menemukanali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: a Literature Study]." h.58

keagamaan dapat berdampak pada anak muda dengan mengurangi gejala depresi dan meningkatkan harga diri setiap individu.¹⁴

- 3) Faktor Sosial Media, setiap pengguna sosial media dapat mengakses berbagai macam konten, seperti video, suara gambar, atau kombinasi suara dan gambar. Youtube adalah salah satu platform sosial media yang paling banyak digunakan saat ini. Salah satunya Vlog, Vlog menampilkan kehidupan sehari-hari para figur publik yang sering menunjukkan hal-hal seperti kekayaan, harta, dan materi lainnya. Sebagian besar mereka membandingkan apa yang ada di media sosial dengan diri mereka sendiri. Media sosial mempengaruhi berbagai fase kehidupan. Faktor media sosial berperan sangat penting dalam situasi *quarter life crisis*.¹⁵
- 4) Aspek Emosional, setiap orang mengalami masalah emosional, seperti sikap bimbang mengambil keputusan, mudah putus asa, rasa negatif diri, rasa tidak menemukan solusi untuk masalah, kecemasan, tertekan, dan kekhawatiran tentang hubungan interpersonal. Semua ini dapat menyebabkan *quarter life crisis*.¹⁶ Mewakili karakteristik yang muncul selama masa peralihan dari remaja ke dewasa awal, seperti kesenangan untuk mengeksplorasi dan bereksperimen, kemandirian keuangan, dan kemandirian dalam membuat keputusan tentang pekerjaan, finansial, dan pemikiran.¹⁷ Erikson menyatakan bahwa kintiman vs isolasi adalah tahap perkembangan psikososial pada usia dewasa. Hal penting pada tahap ini adalah hubungan yang menjadi masalah pada usia dewasa awal. Sebagaimana disebutkan

¹⁴ Psikologi Psikologi, Rahma Adellia, dan Sheilla Varadhila, "Dinamika Permasalahan Psikososial Masa Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa," *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)* 18, no. 1 (2023): 29, <https://doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5316>. h. 35

¹⁵ Ananda Muhamad Tri Utama, "Dampak Media Sosial Dalam Quarter Life Crisis Gen Z Di Indonesia" 9, no. 6 (2022): 356–63. h.7426

¹⁶ Oktamia Anggraini Putri, "Jurnal Pendidikan dan Konseling," *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4, no. 20 (2022): 1349–1358. h.2232

¹⁷ Alifia Fernanda Putri, "Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya," *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (2018): 35., <https://doi.org/10.23916/08430011> h.38

sebelumnya, hubungan interpersonal dengan teman, pasangan, atau keluarga adalah salah satu komponen *quarter life crisis*.¹⁸ Ada konflik dalam hubungan. Beberapa orang mungkin berpikir bahwa hubungan yang tidak terlibat dengan kekerasan adalah menarik, baik, menyenangkan, dan romantis. Namun beberapa orang pernah atau mungkin sedang mengalami hubungan beracun yang menyakitkan, tidak nyaman, tidak menyenangkan, atau istilah yang sekarang lebih dikenal *toxic relationship*. Setiap individu mungkin mengalami konflik internal yang dapat menyebabkan kemarahan, depresi, atau kecemasan.¹⁹

3. Dampak *Quarter Life Crisis*

Setiap individu mengalami dampak yang signifikan dari *quarter life crisis*, baik dari segi emosional, sosial, maupun profesional. Dalam hal emosional, individu cenderung mengalami banyak tekanan, seperti perasaan cemas, terisolasi, dan ketidakpastian akan masa depan. Menemukan bahwa penggunaan media sosial dapat menyebabkan masalah *quarter life* menjadi lebih buruk karena meningkatkan perasaan rendah diri dan ketakutan akan ketinggalan (FOMO).²⁰ Sisi sosial dan relasional dari *quarter life crisis* dapat menyebabkan konflik dalam keluarga, terutama ketika seorang memilih jalan karir yang berbeda dari harapan keluarga atau menunda pernikahan untuk mencapai tujuan pribadi lainnya.²¹ Selain itu, *quarter life crisis* sangat berdampak pada kehidupan profesional, membuat banyak orang bingung dalam memilih jalur karir yang tepat. Setiap individu sering mengalami kesulitan menemukan pekerjaan yang memenuhi kebutuhan

¹⁸ Silvis Marita; Anggrianti dan Rudi Cahyono, "Gambaran Intimacy Wanita Lajang Usia Dewasa Awal yang Bekerja," *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan UNAIR* 8 (2018): 21–31, <http://www.journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpppc0541a916dfull.pdf>. h.27

¹⁹ Dewi Anggraini Lestari dan Hema Dayita Pohan, "Happiness Mahasiswa yang Mengalami Toxic Relationship: Apakah terkait dengan Forgiveness?," *Merpsy Journal* 15, no. 2 (2023): 137, <https://doi.org/10.22441/merpsy.v15i2.19732> h. 141

²⁰ Intan Triastuti, Wulan Siska Nurfauziah, dan Iis Noviyanti, "Tingkat Stres Pada Gen Z Terhadap Pengaruh Media Sosial" 4, no. 1 (2025): h.265.

²¹ Ratih, Virgonita, dan Winta, "Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan dan Peluang," h.8190.

mereka akan aktualisasi diri dan kepuasan pribadi serta memberikan stabilitas finansial. Ketidakpuasan pekerjaan atau ketidakjelasan tentang prospek karir ini dapat memperpanjang *quarter life crisis*. Secara keseluruhan, *quarter life crisis* mendorong setiap individu untuk mempertimbangkan kembali minat dan prinsip mereka. Fase ini sering kali sulit, tetapi itu juga dapat membuat kita lebih sadar diri dan lebih memahami tujuan hidup.²²

4. Strategi Menghadapi *Quarter Life Crisis*

Meskipun menghadapi *quarter life crisis* dapat menjadi tantangan besar, ada beberapa cara untuk melalui fase ini dengan lebih baik. Berikut adalah beberapa cara yang efektif untuk menangani masalah *quarter life crisis*:

- a. Berhenti Membandingkan Diri Dengan Orang Lain, kita akan menjadi lebih khawatir dan membuang-buang waktu dengan membandingkan diri dengan orang lain. Mulailah mencari tahu apa yang kita inginkan dalam hidup daripada memikirkan kehidupan orang lain. Meskipun demikian, tetap ingat bahwa jawabannya mungkin tidak akan datang segera. Tapi fokuslah pada cara terbaik untuk menikmati satu hari. Yakinlah bahwa kita akan secara bertahap melewati tujuan dan keinginan, bahkan mungkin tanpa kita sadari.²³
- b. Identifikasi Masalah, luangkan waktu untuk mengidentifikasi apa yang membuat kita mempertanyakan diri sendiri dan merasa tidak tenang, dan pada titik tertentu, kita akan mulai dapat mengurangi perasaan cemas tersebut. Jika kita mulai mengubah perspektif tentang keputusan dan pilihan ini yang berkaitan dengan hidup, kita dapat menggantinya

²² Putri, Hafnidar, dan Julistia, “Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh Overview Of Quarter-Life Crisis In Final Level Students Of The Psychology Program Of Malikussaleh University.” h.333

²³ Ns. Yunita Adiyatma, “Mengenali Quarter Life Crisis dan Cara Menghadapinya,” 2023. Di akses pada tanggal 6 Desember 2024 dari https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2046/mengenali-quarter-life-crisis-dan-cara-menghadapinya

dengan perspektif yang lebih positif.²⁴ Ketika kita mulai menyadari bahwa kita terlalu menekan diri sendiri untuk berada pada titik tertentu, kita mulai dapat menggantinya dengan pemikiran yang lebih rasional. Misalnya, mulai dapat mengubah pikiran seperti “Saya harus berada dalam peran tertentu dalam karier saya” atau “Saya seharusnya sudah menikah sekarang” dengan pikiran yang lebih realistis seperti “Saya berada di tempat yang saya inginkan” atau “Saya menuju ke arah yang terbaik dari semuanya.”²⁵

- c. Cari Dukungan Lingkungan Yang Tepat, menemukan orang yang dapat menjadi *support system*. Selain itu, memiliki orang-orang di sekitar kita yang dapat mendukung impian dan cita-cita kita, seperti dukungan dari keluarga, sahabat, teman, pasangan, bisa menjadi cara yang baik untuk mengatasi masalah *quarter life crisis*.²⁶
- d. Mencintai Diri Sendiri, ketika kita terjebak dalam masalah *quarter life crisis*, kita cenderung mengabaikan berbagai kenikmatan yang sebenarnya kita miliki. Namun, terlebih dahulu kita harus mencintai dan menghargai diri sendiri untuk mencapai tujuan hidup. Oleh karena itu, mulailah mempertimbangkan keinginan, kebutuhan, dan kenyamanan. Setelah itu, wujudkan passion kita secara bertahap, dimulai dengan hal-hal kecil. Hal-hal kecil ini akan meningkatkan kualitas hidup kita tanpa kita sadari. Karena masalah dalam hidup adalah sesuatu yang wajar, *quarter life crisis* dapat menyerang siapa saja.²⁷ Supaya fase ini tidak berlanjut, kita membutuhkan kekuatan fisik dan mental untuk

²⁴ Zia, “Cara Melewati Quarter Life Crisis,” *Binus University*, n.d. Di akses pada tanggal 6 Desember 2024 dari <https://binus.ac.id/binusian-journey/2023/03/18/cara-melewati-quarter-life-crisis/>

²⁵ “Apa itu Quarter Life Crisis? Penyebab, Gejala dan Cara Mengatasinya,” *Prudential*, n.d. Di akses pada tanggal 6 Desember 2024 dari <https://www.prudential.co.id/id/pulse/article/apa-itu-quarter-life-crisis/>

²⁶ Syifa’ussurur et al., “Menemukan Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: a Literature Study].” h.61

²⁷ Kevin Adrian, “Memahami Quarter Life Crisis dan Cara Menghadapinya,” *Alodokter*, n.d. Di akses pada tanggal 6 Desember 2024 dari <https://www.alodokter.com/memahami-quarter-life-crisis-dan-cara-menghadapinya>

menghadapinya. Oleh karena itu, selain memperhatikan kebutuhan jiwa, jangan lupa untuk merawat diri, berolahraga, dan makan-makanan yang sehat. Jangan ragu untuk berkonsultasi dengan psikiater atau psikolog jika kita terus mengalami kesulitan menghadapi *quarter life crisis*.²⁸

B. Identifikasi Ayat-ayat Al-Qur’ān Mengenai *Quarter Life Crisis*

Pada hakikatnya, permasalahan terkait dengan *quarter life crisis* tidak disebutkan secara jelas dan spesifik dalam al-Qur’ān. Namun, untuk mengidentifikasi ayat-ayat yang dapat dikaitkan dengan fenomena tersebut, penulis menggunakan beberapa istilah yang relevan dengan *quarter life crisis*. Di antara istilah yang digunakan adalah *khauf*, *‘asa*, *yahzan*, *qanata*, *tawakkal*, dan *‘usr*.

1. Khauf

Kata *Khauf* berasal dari kata ف، و، خ yang berarti rasa takut.²⁹ Dalam Mu’jam al-Mufahras, istilah *Khauf* disebutkan sebanyak 111 kali dalam al-Qur’ān, di antaranya tercantum dalam QS. al-Baqarah [2]: 38, 62, 112, 114, 155, 229, 239, 262, 274 dan 277. Dalam QS. ali-Imran [3]: 170, 175. QS. al-Nisa’ [4]: 3, 9, 34, 35, 83, 101, dan 128. QS. al-Maidah [5]: 23, 28, 54, 69, 94, 108. Dalam QS. al-An’am [6]: 15, 48, 51, 80, 81, QS. Al-A’raf [7]: 35, 49, 56, 59, 205. QS. al-Anfal [8]: 26, 48, 58. QS. al-Taubah [9]: 28. QS. Yunus [10]: 15, 62, 83. QS. Hud [11]: 3, 26, 70, 84, 103. QS. Yusuf [12]: 13. QS. Al-Ra’d [13]: 12, 13, 21. QS. Ibrahim [14]: 14. QS. al-Nahl [16]: 47, 59, 112. QS. al-Isra’ [17]: 57, 59, 60. QS. Maryam [19]: 5, 45. QS. Taha [20]: 21, 45, 46, 67, 68, 77, 112. QS. al-Nur [24]: 37, 50, 55. QS. al-Syu’ara [26]: 12, 14, 21, 135. QS. Al-Naml [27]: 10. QS. Al-Qasas [28]: 7, 18, 21, 25, 31, 33, 34. QS. al-‘Ankabut [29]: 33. QS. al-Rum [30]: 24, 28. QS. al-Sajdah [32]: 16. QS. Al-Ahzab [33]: 19. QS. Sad [38]: 22. QS. al-Zumar

²⁸ Tim Medis Siloam Hospitals, “Quarter Life Crisis: Defenisi, Penyebab, dan Cara Mengatasi,” 22 Agustus, 2024, <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-quarter-life-crisis> y

²⁹ ‘Ahmad Warson Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*, Cet. 14 (Surabaya: Pustaka Progresif, 1997). h. 376

[39]: 13, 16, 36. QS. Ghafir [40]: 26, 30, 32. QS. Fusilat [41]: 30. QS. al-Zukhruf [43]: 68. QS. al-Ahqaf [46]: 13, 21. QS. al-Fath [48]: 27. QS. Qaf [50]: 45. QS. al-Dzariyat [51]: 28, 37. QS. ar-Rahman [55]: 46. QS. Al-Hasyr [59]: 16. QS. al-Jinn [72]: 13. QS. al-Muddasir [74]: 53. QS. al-Insan [76]: 7, 10. QS. al-Nazi'at [79]: 40. QS. al-Syams [91]: 15. QS. al-Qur'ānaisy [106]: 4.³⁰

Namun, dari keseluruhan ayat yang telah diuraikan di atas, penulis hanya mengambil satu ayat, yaitu dalam QS. al-Baqarah [2]: 155, yang memiliki makna mengenai rasa takut. Dan QS. al-Baqarah [2]: 112, yang memiliki makna mengenai rasa khawatir.

2. Al-Huzn

Kata al-Huzn bersal dari kata ح, ز, ن yang berarti kesedihan.³¹ Dalam Al-Mu'jam Al-Mufahras li Alfaz al-Qur'an Al-Karim, istilah hazana disebut sebanyak 42 kali. Di antaranya dalam QS. al-Taubah [9]: 92, QS. Yusuf [12]: 84, 86, QS. al-Qasas [28]: 8, QS. Fatir [35]: 34, dan QS. al-Mujadalah [58]: 10. QS. al-Baqarah [2]: 38, 62, 112, 262, 274, 277. QS. ali-Imran [3]: 139, 153, 170, 176. QS. al-Maidah [5]: 41, 69. QS. al-An'am [6]: 33 dan 48. QS. al-A'raf [7]: 35, 49. QS. al-Taubah [9]: 40. QS. Yunus [10]: 62 dan 65. QS. Yusuf [12]: 13. QS. al-Hijr [15]: 88. QS. al-Nahl [16]: 127. QS. Maryam [19]: 24. QS. Taha [20]: 40. QS. al-Anbiya' [21]: 103. QS. al-Naml [27]: 70. QS. Al-Qasas [28]: 7 dan 13. QS. Al-'Ankabut [29]: 33. QS. Luqman[31]: 23. QS. al-Ahzab [33]: 51. QS. Yasin [36]: 76. QS. az-Zumar [39]: 61. QS. Fusilat [41]: 30. QS. al-Zukhruf [43]: 68. QS. al-Ahqaf [46]: 13.³² Dari keseluruhan ayat yang menggunakan istilah al-huzn, penulis akan melakukan kajian terhadap satu ayat saja, yaitu yang terdapat dalam surah Ali-Imran [3]: 139, yang membahas makna bersedih hati.

³⁰ Muhammad Fuad 'Abdul Baqi, *Al-Mu'jam al-Mufahras li Alfaz Al-Qur'an al-Karim* (Beirut: Dar al-Hadits, 1996), h.304-305

³¹ Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*. h.260

³² Baqi, *Al-Mu'jam al-Mufahras li Alfaz Al-Qur'an al-Karim*. h. 244-245

3. ‘Usr

Kata ‘Usr berasal dari kata ع, س, ر yang memiliki makna kesulitan atau kesukaran.³³ Dalam al-Qur’ān, istilah ini disebutkan sebanyak 12 kali dengan berbagai variasi bentuk kata dan makna. Beberapa di antaranya terdapat dalam QS. al-Baqarah [2]: 185, 280. QS. al-Taubah [9]: 117. QS. al-Kahfi [18]: 73. QS. al-Furqan [25]: 26. QS. al-Qamar [54]: 8. QS. Al-Talaq [65]: 7. QS. al-Muddasir [74]: 9. QS. al-Lail [92]: 10. QS. al-Insyirah [94]: 5-6. QS. al-Talaq [65]: 6.³⁴

Dari keseluruhan ayat yang mengandung istilah ‘Usr dalam al-Qur’ān, penulis akan melakukan kajian terbatas pada dua ayat yang terdapat dalam QS. al-Insyirah [94]: 5-6, yang memiliki makna kesulitan.

C. Tafsir Muqaran (Perbandingan)

Secara etimologis, istilah ‘muqaran’ berasal dari bahasa Arab yang berasal dari kata “*qarana- yuqarinu- muqaranah*”. Kata ini memiliki arti menyertai atau menemani, serta dapat diartikan sebagai upaya untuk memperdebatkan, membandingkan, atau mengkomparasikan. Sedangkan secara umum, istilah ‘muqaran’ mengacu pada cara menafsirkan al-Qur’ān dengan membandingkan ayat-ayatnya satu sama lain, atau juga dengan hadist dan pendapat para mufassir.³⁵ Penafsiran yang menggunakan metode ini pertama kali mengumpulkan sejumlah ayat al-Qur’ān, kemudian mengkajinya dan melihat bagaimana beberapa penafsir lain menafsirkannya dalam karya mereka. Penafsir menggunakan metode ini untuk mengetahui posisi dan kecenderungan para penafsir sebelumnya yang dimaksudkan dalam objek penelitian.³⁶

Menurut Abd al-Hayy al-Farmawi, metode tafsir muqaran adalah pendekatan dalam menafsirkan al-Qur’ān dengan menghimpun sejumlah ayat yang berkaitan, lalu mengkaji, meneliti, dan membandingkan pendapat para

³³ Munawwir, *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*. h.930

³⁴ Baqi, *Al-Mu’jam al-Mufahras li Alfaz Al-Qur’ān al-Karim*. h.567

³⁵ Aida Fitriatunnisa dan Danendra ‘Ahmad Rafdi, “Metode Tafsir Muqaran Dilihat Kembali,” *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 3, no. 4 (2024): 639–46. <https://doi.org/10.15575/jis.v3i4.31043> h. 639

³⁶ Abd. Muin Salim, *Metodologi Ilmu Tafsir*, ed. oleh A. Rafiq (Yogyakarta: Teras, 2005). h. 47

mufasir mengenai ayat-ayat tersebut. Perbandingan ini mencakup pandangan para penafsir dari kalangan salaf maupun khalaf, serta dari tafsir bi al-Ra'yi maupun al-ma'tsur. Selain itu, metode ini juga digunakan untuk membandingkan ayat-ayat al-Qur'an yang membahas satu tema tertentu, maupun membandingkan ayat-ayat al-Qur'an dengan Hadis Nabi yang secara tekstual tampak berbeda. al-Farmawi juga menjelaskan bahwa gaya penafsiran para mufasir seringkali dipengaruhi oleh bidang keilmuan yang mereka kuasai.³⁷

Ulama lain, seperti Ali Hasan al-'Aridl, menjelaskan bahwa tafsir muqaran adalah metode penafsiran yang dilakukan dengan cara mengumpulkan beberapa ayat al-Qur'an, lalu menyajikan pandangan para ulama baik dari kalangan salaf maupun khalaf, yang memiliki kecenderungan penafsiran yang beragam. Selanjutnya, penafsir membandingkan pandangan tersebut dan mengulas perbedaan pendekatannya. Selain itu, tafsir muqaran juga mencakup perbandingan antara ayat-ayat al-Qur'an yang membahas topik yang sama, atau antara ayat al-Qur'an dengan Hadis Nabi yang secara lahir tampak bertentangan. Tujuannya adalah untuk mengompromikan makna dan menghilangkan kesan adanya pertentangan antara keduanya.³⁸ Muṣṭafa al-Masyni menyatakan beberapa alasan mengapa tafsir muqaran sangat penting. Pertama, tafsir muqaran membantu mufassir memahami berbagai ilmu pengetahuan, seperti lughawi, nahwu, dan balaghah. Kedua, riwayat-riwayat yang lemah dan israiliyyat dapat digunakan untuk memberikan penafsiran yang bebas dari pendapat dan keyakinan yang menyimpang dari kebenaran. Ketiga, tafsir muqaran ini dapat membantu para mufasir mengembangkan kemampuan untuk membandingkan beragam pendapat dengan menggunakan metode ilmiah yang tepat, sehingga mereka dapat mengetahui mengapa ada perbedaan, pendekatan, dan unsur-unsur yang berdampak pada pengetahuan mereka.

³⁷ Irvandi Mile dan Muh Arif, "Metodologi Studi Tafsir," *Pekerti: Journal Pendidikan Islam dan Budi Pekerti* 4, no. 2 (2022): 98–109, <https://doi.org/10.58194/pekerti.v4i2.3290>, h. 104

³⁸ Syahrin Pasaribu, "Metode Muqaran dalam Al-Qur'an," *Journal Wahana Inovasi* 9, no. 1 (2020): 44–47, h. 44

Selanjutnya, alasan keempat adalah penafsiran muqaran dapat membantu para peneliti meningkatkan kekuatan intelektual dan mental mereka.³⁹

Berdasarkan beberapa definisi yang telah dijelaskan sebelumnya, dapat disimpulkan bahwa metode muqaran mencakup tiga hal utama. Pertama, membandingkan ayat-ayat al-Qur'ān yang memiliki redaksi serupa dalam konteks berbeda, atau yang memiliki redaksi berbeda namun membahas tema yang sama. Kedua, membandingkan ayat al-Qur'ān dengan Hadis Nabi yang secara lahir tampak bertentangan. Ketiga, mengkaji dan membandingkan berbagai pandangan para mufasir dalam menafsirkan ayat-ayat al-Qur'ān. Melalui pendekatan ini, diharapkan akan terbentuk pemahaman yang lebih menyeluruh dan mendalam terhadap isi al-Qur'ān.⁴⁰ Metode tafsir ini terbagi menjadi beberapa kategori berdasarkan objek bahasannya, dan masing-masing kategori memiliki prosedur khusus untuk diterapkan.

Dengan cara ini, dapat membandingkan ayat-ayat yang memiliki redaksi yang sama dalam dua atau lebih situasi yang berbeda, ayat-ayat yang redaksi mereka hampir sama dalam situasi yang dianggap sama. Banyak ayat dalam al-Qur'ān memiliki redaksi atau lafadz yang mirip di banyak surat. Berbagai bentuk kemiripan dapat menghasilkan perbedaan makna, seringkali disebabkan oleh perbedaan konteks pembicaraan dan turunnya masing-masing ayat. Akibatnya, ilmu munasabah dan ilmu asbab al-nuzul sangat membantu dalam menafsirkan dengan metode muqarran ini karena mereka mengetahui bagaimana ayat-ayat tertentu berbeda satu sama lain.⁴¹

1. Perbandingan Ayat Al-Qur'ān dengan Hadist

Dalam hal perbandingan ayat-ayat al-Qur'an dengan hadist Nabi Muhammad SAW, langkah-langkah berikut dapat diambil: 1)

³⁹ Aida Fitriatunnisa dan Danendra 'Ahmad Rafdi, "Metode Tafsir Muqaran Dilihat Kembali," *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 3, no. 4 (2024): 639–46, <https://doi.org/10.15575/jis.v3i4.31043> h.643

⁴⁰ Nashruddin Baidan, *Metode Penafsiran Al-Qur'ān: kajian kritis terhadap ayat-ayat yang beredaksi mirip*, Cet. 1 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000). h. 65

⁴¹ Muhammad Yunan Yusuf, "Metode Penafsiran Al-Qur'ān," *SYAMIL: Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education)* 2, no. 1 (2014): 11, <https://doi.org/10.21093/sy.v2i1.492> h.30

Mengidentifikasi dan menghimpun ayat-ayat yang pada awalnya tampak bertentangan dengan hadist-hadist Nabi SAW, baik dalam hal redaksi yang mirip atau tidak. 2) Membandingkan dan menganalisis konflik yang ada dalam kedua teks, yaitu ayat dan hadist tersebut. 3) Membandingkan berbagai perspektif para ulama tafsir tentang cara menafsirkan ayat al-Qur’ān terkait dengan hadist tersebut.⁴²

2. Perbandingan Pendapat Mufassir

Para mufassir melakukan perbandingan terhadap penafsiran ayat-ayat al-Qur’ān oleh para ulama tafsir, baik dari kalangan ulama salaf maupun ulama khalaf. Penafsiran yang dimaksud mencakup dua kategori, yaitu yang bersifat manqul (*al-tafsir al-ma’tsur*) dan yang bersifat ra’yu (*al-tafsir bi al-ra’yi*).⁴³ Perbandingan pendapat para mufassir mencakup ruang lingkup yang sangat luas, tidak hanya terfokus pada ayat-ayat yang memiliki kesamaan, melainkan juga mencakup seluruh al-Qur’ān. Dalam melakukan analisis, berbagai aspek digunakan, seperti kandungan makna dan korelasi (muhasabat) antara ayat dengan ayat atau surat dengan surat. Objek utama dalam poin ini adalah menganalisis pendapat sejumlah mufassir dalam menafsirkan suatu ayat, serta membandingkan perbedaan dari penafsiran yang dihasilkan. Hal ini berbeda dengan poin sebelumnya, yang lebih menekankan pada perbedaan redaksi antara ayat dengan ayat maupun dengan hadis.

Dalam rangka menganalisis pandangan para ulama tafsir mengenai penafsiran suatu ayat, metode yang diterapkan adalah sebagai berikut:

- a. Mengumpulkan ayat-ayat yang relevan, tanpa mempertimbangkan kesamaan redaksi.
- b. Menelusuri beragam tafsir yang telah disampaikan oleh para ulama tafsir terkait dengan ayat-ayat tersebut.

⁴² Baidan dan Aziz, “Metodologi Khusus Penelitian.” h. 111

⁴³ Nofitayanti Nofitayanti, Aam Abdussalam, dan Edi Suresman, “Studi Komparasi Metode Tafsir Tahlily Dan Metode Tafsir Muqaran,” *Civilization Research: Journal of Islamic Studies* 1, no. 1 (2022): 54–76. <https://doi.org/10.61630/crjis.v1i1.5> h. 72

- c. Membandingkan tafsir-tafsir tersebut untuk memahami identitas, polapikir, kecenderungan, serta aliran pemikiran masing-masing mufassir.⁴⁴

⁴⁴ Nashruddin Baidan, *Metodologi Penafsiran Al-Qur'ān* Cet. 1 (Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2002). h. 62-63

BAB III

PENAFSIRAN AYAT- AYAT *QUARTER LIFE CRISIS* MENURUT TAFSIR AL-MARĀGI DAN TAFSIR LAṬ'ĀIF AL-ISYĀRĀT

A. Biografi Mufassir

Pada bagian ini, penulis akan membahas biografi dari kedua mufassir, yaitu 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt. Dalam pembahasan ini, penulis akan memaparkan profil singkat, perjalanan intelektual, para guru, serta karya-karya yang dihasilkan oleh kedua mufassir tersebut.

1. 'Ahmad Muṣṭafa Al-Marāgi

Pada sub bab ini, penulis akan menyampaikan beberapa pembahasan terkait dengan biografi 'Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi secara umum, yang meliputi riwayat hidup, perjalanan intelektual, karya-karya beliau, serta para guru yang berpengaruh dalam pembentukan pemikiran dan keilmuan beliau.

a. Riwayat hidup

Al-Marāgi bernama lengkap 'Ahmad Mustafa bIn Mustafa bin Muhammad bin 'Abd al-Mun'im al-Marāgi, dan beliau kadang-kadang diperpanjang dengan kata Beik, sehingga menjadi 'Ahmad Mustafa al-Marāgi Beik. Pada tahun 1300 H/ 1883 M, al-Marāgi lahir di kota Maraghah, provinsi Suhaj, sebuah kota kabupaten di tepi barat sungai Nil sekitar 70 km di sebelah selatan Kairo. Beliau kemudian menggunakan kota kelahirannya ini sebagai nama belakang (nisbah), yang berarti nama al-Marāgi tidak hanya digunakan oleh dia dan keluarganya.¹

Pengarang tafsir al-Marāgi, berasal dari keluarga yang secara historis mengabadikan diri kepada ilmu pengetahuan dan peradilan, sehingga mereka dikenal sebagai keluarga hakim. Bersama delapan saudaranya, dia dibesarkan dalam lingkungan keluarga yang mencintai agama. Sebelum menerima pendidikan dasar di sebuah madrasah di desanya, al-

¹ Alaika Salamulloh Saiful Amin Ghofur, *Profil para Mufasir Al-Qur'ān* (Yogyakarta: Pustaka Insani Madani, 2008). h.151

Marāgi belajar tentang prinsip-prinsip Islam dari keluarga. Beliau rajin membaca dan menghafal al-Qur’ān di madrasah. Oleh karena itu, beliau telah hafal al-Qur’ān sebelum usia 13 tahun.²

‘Ahmad Mustafa al-Marāgi berasal dari keluarga ulama yang menguasai berbagai ilmu agama. Mustafa al-Marāgi memiliki tujuh saudara, dan lima orang saudaranya beserta empat dari delapan putra laki-lakinya menjadi ulama terkenal, antara lain:

1. Syekh Muhammad al-Marāgi adalah Grand Syekh al-Azhar selama dua periode: 1928-1930 dan 1935-1945.
2. Syekh Abd al-‘Aziz al-Marāgi, Imam Raja Faruq, dan Dekan Fakultas Ushuluddin Universitas al-Azhar.
3. Syekh ‘Abdullah Mustafa al-Marāgi, Inspektur Umum Universitas al-Azhar untuk Penelitian dan Pengembangan.
4. Syekh Abu al-Wafa Mustafa al-Marāgi, merupakan Sekretaris Badan penelitian dan pengembangan Universitas al-Azhar.

Selain itu, banyak tokoh penting dari keturunan al-Marāgi. Ini menunjukkan bahwa beliau bukan hanya paham agama, tetapi beliau juga memiliki kemampuan untuk menjadi pemimpin yang baik bagi keturunannya. Empat putra al-Marāgi yang diangkat menjadi hakim, antara lain :

1. Dr. Aziz ‘Ahmad Mustafa al-Marāgi, menjadi hakim di Kairo.
2. Dr. Hamid ‘Ahmad Mustafa al-Marāgi, penasihat menteri serta hakim di Kementrian Kehakiman Kairo.
3. Dr. ‘Ahmad Midhat al-Marāgi, wakil Menteri Kehakiman Kairo dan hakim di Pengadilan Tinggi Kairo.
4. Dr. Asim ‘Ahmad Mustafa al-Marāgi, hakim Pengadilan Tinggi Kairo dan Kuwait.³

² Fithrotin, “Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran ‘Ahmad Mustafa Al Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al Maraghi (Kajian Atas Qs. Al Hujurat Ayat: 9),” *Al-Furqon* 1, no. 2 (2018): 107–20. h.108

³ Hasan Zaini, *Tafsir Tematik Ayat-Ayat Kalam: Tafsir Al-Maraghi*, Cet. 1 (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1997). h. 16

b. Perjalanan Intelektual

Ahmad Musthfa al-Marāgi mulai masuk usia untuk bersekolah, kedua orang taunya mendaftarkannya di Madrasah di desanya untuk mempelajari al-Qur’ān. Dengan kecerdasan yang luar biasa, beliau telah menghafal seluruh ayat al-Qur’ān sebelum mencapai usia 13 tahun. Selain itu, beliau juga mempelajari ilmu tajwid serta dasar-dasar ilmu syariah hingga menuntaskan pendidikan tingkat menengah. Selanjutnya beliau melanjutkan studinya di Universitas al-Azhar. Di al-Azhar ini, beliau mendalami berbagai bidang, termasuk bahasa Arab, balaghah, tafsir, hadist, fiqh, akhlak, dan ilmu falak. Beliau juga menghadiri kuliah di Fakultas Dar al-‘Ulum.⁴

Setelah lulus dari al-Azhar, beliau menjadi guru di beberapa sekolah menengah dan kemudian menjadi direktur sekolah guru al-Fayum. Pada tahun 1916, beliau diangkat menjadi dosen syariah di Dar al-Ulum sampai tahun 1940. Selain itu, beliau adalah instruktur di Fakultas Adab Universitas al-Azhar, yang mengajar balaghah dan sejarah kebudayaan Islam.⁵

Selain mengajar di al-Azhar dan Dar al-Ulum, beliau juga aktif mengajar di Ma’had Tarbiyah Mu’allimat selama beberapa tahun. Pada tahun 1361 H, raja Mesir, Faruq, memberikan piagam penghargaan atas jasanya. Piagam ini diberikan pada 11 Januari 1361 H. Pada tahun 1370 H/1951 M, setahun sebelum meninggal dunia, beliau terus mengajar dan bahkan sampai akhir hayatnya masih ditunjuk sebagai direktur Madrasah Usman Mahir Basya di Kairo. ‘Ahmad Mustafa al-Marāgi meninggal dunia pada tanggal 9 Juli 1317H/1952 M, di rumahnya di jalan Zul Fikar Basya nomor 37 di Hilwan. Beliau dimakamkan di pemakaman keluarganya di Hilwan, yang kira-kira 25 km sebelah selatan Kairo.⁶

⁴ Muni’ Abdul Halim Mahmud, *Manahij al-Mufasssirin*, cet. 1 (Kairo: Darul Kitab Al-Misri, 1978). h. 338

⁵ Supriadi Supriadi, “Studi Tafsir Al-Maraghi Karya ‘Ahmad Mustafa Al-Maraghi,” *Jurnal Asy-Syukriyyah* 16, no. 1 (2022): 1–24, <https://doi.org/10.36769/asy.v16i1.218> h.4

⁶ Hasan Zaini, *Tafsir Al-Maraghi: Tafsir Tematik Ayat-ayat Kalam* (Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1997). h.17

Kegiatan tafsir telah dilakukan oleh al-Marāgi sejak lama, sejak beliau mengajar di Universitas al-Azhar. Namun, penafsirannya hanyalah beberapa ayat dari seluruh surat al-Qur’ān, bukan penafsiran yang lengkap. Sejak tahun 1940, beliau konon baru dapat menyelesaikan tafsirnya itu, yang memakan waktu 10 tahun. Setelah itu, tafsirnya dikenal sebagai “Tafsir al-Marāgi”.⁷

c. Guru-guru

‘Ahmad MuṣṭafaAl-Marāgi memperoleh pendidikan tinggi di dua perguruan tinggi terkenal (Mesir) yang memberinya kesempatan untuk berinteraksi dengan banyak ilmuwan terkenal pada masa itu. Beliau telah dididik menjadi mufassir yang terkenal oleh guru-gurunya, seperti Muhammad Abduh, Muhammad Bahits al-Muthi’i, ‘Ahmad Rifa’i al-Fayumi, dan Muhammad Husnin al-Adawi.⁸

d. Karya-karya

Al-Marāgi telah menghasilkan banyak karya yang tidak hanya berfokus pada bidang Bahasa Arab, tetapi juga mencakup ilmu tafsir dan fiqh. Kontribusinya sangat relevan bagi masyarakat dalam memahami tafsiran al-Qur’ān. Al-Marāgi memiliki ciri khas ketajaman dalam berfikir. Di berbagai perguruan tinggi Islam, karya-karya al-Marāgi telah menyebar luas, salah satunya yang terkenal di Indonesia adalah tafsir al-Marāgi yang terdiri dari 30 jilid dan telah diterjemahkan ke berbagai bahasa, termasuk bahasa Indonesia. Al-Marāgi dikenal sebagai seorang ulama produktif dalam bidang penulisan, dengan banyak karya yang dihasilkan dalam berbagai bidang lainnya.⁹ Di antara karya-karyanya tersebut adalah:

1. *‘Ulum urn al-Balaghah*
2. *Hidayah al-Thalib*

⁷ Supriadi, “Studi Tafsir Al-Maraghi Karya ‘Ahmad MuṣṭafaAl-Maraghi.” h.5

⁸ Zaini, *Tafsir Tematik Ayat-Ayat Kalam: Tafsir Al-Maraghi*. h.16

⁹ Lukman Burhanudin Al-amin, Halimatussa’diyah Halimatussa’diyah, dan Hedhri Nadhiran, “Penafsiran ‘Ahmad MuṣṭafaAl-Maraghi Terhadap Qs. Al-Ma’Un Dan Relevansinya Dalam Pengentasan Kemiskinan,” *Al-Misykah: Jurnal Studi Al-Qur’ān dan Tafsir* 2, no. 1 (2021): 41–63, <https://doi.org/10.19109/almisykah.v2i1.9052> h.46-47

3. *Tahdzib al-Tauhid*
4. *Buhuts wa Ara*
5. *Tarikh 'Ulum al-Balaghahwa al-Ta'rifbi Rijaliha*
6. *Mursyid al-Thalib*
7. *Al-Muja-fi al-Adab al-'Arabi*
8. *Al-Mujazfi Fi'Ulum al-Usul*
9. *Al-Diyanat wa al-Akhlak*
10. *Al-Hisab fi al-Islam*
11. *Al-Rifq hi al-Hayuwan fi al-Islam*
12. *Syarh Tsalatsin Haditsan*
13. *Tafsir Juz Innama al-Sabil*
14. *Risalah fi Zanjat al-Nabi*
15. *Risalah Itsbat Ru'yah al-Hilalfi Ramadhan*
16. *Al-Kutub wa al-Khuthaba fi al-Daulatain al-Umawiyah*
17. *Al-Risalahfi al-Hadist*.¹⁰

2. Imam Al-Qusyairī

Pada sub bagian ini, penulis akan menjelaskan secara umum beberapa aspek yang berkaitan dengan biografi Imam Al-Qusyairī, yaitu mengenai riwayat hidup, perjalanan intelektual, karya-karya, serta para guru beliau.

a. Riwayat hidup

Nama lengkap beliau adalah Al-Imam Abū Al-Qasim Abdul Karim bin Hawāzin bin Abdul Malik bin Thalhah bin Muhammad Al-Istiawī Al-Qusyairī An-Naisābūrī Asy-Syāfi'ī. Beliau dikenal dengan nama kunyah Abūl Qasim dan memiliki gelar kehormatan Zain al-Islam, namun lebih populer dengan sebutan Al-Qusyairī.¹¹ Al-Qusyairī lahir pada bulan Rabi'ul Awal tahun 376 H atau 986 M di kota Istiwa, sebuah wilayah yang berada di arah yang sama dengan Naisābūr salah satu pusat ilmu pengetahuan pada masanya. Kota Istiwa memiliki sejarah

¹⁰ Supriadi, "Studi Tafsir Al-Maraghi Karya 'Ahmad MuṣṭafaAl-Maraghi." h.5-6

¹¹ Abul Qasim Abdul Karim Hawazin Al-Qusyairi An-Nasaburi, *Risalah Al-Qusyairiyah* (Sumber Kajian Ilmu Tasawuf), trj. Umar Faruq (Jakarta: Pustaka Amani, 2007). h.1

peradaban Islam yang kaya di kawasan Timur dan terletak di wilayah Khurasan. Namun, seperti banyak kota lain di Khurasan, kota ini hilang tanpa jejak akibat penaklukan Mongol pada abad ke-7 H atau abad ke-13 M. Dari garis keturunan ibunya, Al-Qusyairī berasal dari keluarga besar Sulami. Pamannya dari pihak ibu, Ibu Aqil al-Sulamī, adalah tokoh penting yang pernah memimpin wilayah Ustawa. Marga al-Sulami ini dapat dilacak berasal dari dua kelompok utama, yaitu al-Sulamī yang dinisbatkan kepada Sulaim, dan al-Sulamī yang dinisbatkan kepada Bani Salamah. Al-Qusyairī wafat dalam usia 89 tahun di kota Naisābūr, tepatnya pada pagi hari Ahad tanggal 16 Rabi’ul Akhir tahun 465 H atau 1073 M. Jenazah beliau dimakamkan di dekat makam gurunya, Syaikh Abū Ali al-Daqaq.¹²

Ayah Al-Qusyairī meninggal dunia saat beliau masih kecil, sehingga beliau tumbuh sebagai anak yatim. Sejak itu, ia diasuh oleh Abū al-Qasim al-Alimānī, seorang sahabat dekat keluarganya, yang kemudian mengajarkannya bahasa dan sastra Arab.¹³ Al-Qusyairī menikah dengan Fatimah, putri dari gurunya yang sangat ia hormati, yaitu al-Daqqāq. Fatimah dikenal sebagai wanita yang cerdas, berakhlak mulia, memiliki pencapaian dalam bidang sastra, serta termasuk golongan wanita yang zuhud. Mereka hidup bersama sejak tahun 405 H/1014 M hingga 412 H/1021 M. Setelah wafat, Imam Al-Qusyairī meninggalkan tujuh anak, terdiri dari enam putra dan satu putri, yang semuanya dikenal sebagai ahli ibadah. Dalam perjalanannya menunaikan ibadah haji, Al-Qusyairī didampingi oleh para ulama besar yang dihormati pada masanya, salah satunya adalah Syaikh Abū Muhammad Abdullah ibn Yūsuf al-Juwainī, seorang ahli tafsir, bahasa, dan fikih terkemuka.¹⁴

¹² Mani’ Abdul Halim Mahmud, *Metodologi Tafsir Kajian Komprehensif Metode Para Ahli Tafsir* (Jakarta: Rajawali Pers, 2006). h.179

¹³ Luthfi Maulana, “Studi Tafsir Sufi: Tafsir Latha’if al-Isyarat Imam al-Qusyairi,” *Hermeneutik* 12, no. 1 (2019): 01, <https://doi.org/10.21043/hermeneutik.v12i1.5062> h.7

¹⁴ An-Nasaburi, *Risalah Al-Qusyairiyah (Sumber Kajian Ilmu Tasawuf)*. h.7

Beberapa gelar dan julukan yang melekat pada diri Al-Qusyairī antara lain:

1. An-Naisābūrī, gelar ini merujuk pada kota Naisābūr (juga disebut Syabūr), salah satu kota besar di dunia Islam pada abad pertengahan, yang terletak di dekat kota Balkh, Harrat, dan Marw.
2. Al-Qusyairī, nama ini menunjukkan bahwa beliau berasal dari kabilah Qusyair, yaitu bagian dari marga Sa'ad al-Asyirah al-Qahthaniyah, yang bermukim di daerah pesisir Hadramaut.
3. Al-Istiwāī, gelar ini menunjukkan asal-usul dari Ustawa, sebuah wilayah besar di pesisir Naisābūr, dekat perbatasan dengan daerah Nasa. Orang-orang dari daerah ini dikenal sebagai keturunan Arab yang menetap di Khurasan.
4. Asy-Syāfī'ī, gelar ini menunjukkan bahwa beliau adalah pengikut mazhab Syafi'i, mazhab fikih yang didirikan oleh Imam Muhammad bin Idris asy-Syāfī'ī (150–204 H / 767–820 M). Selain itu, Al-Qusyairī juga dikenal dengan berbagai gelar kehormatan seperti al-Imam (pemimpin agama), al-Ustadz (guru besar), asy-Syaikh (tokoh ulama), dan Zainul Islam (perhiasan Islam).¹⁵

b. Perjalanan intelektual

Abul Qasim Al-Qusyairī dikenal sebagai seorang tokoh yang pernah berguru kepada banyak ulama besar pada masanya. Beliau memulai perjalanan keilmuannya dalam bidang tasawuf dengan belajar kepada Abu Ali ad-Daqqaq. Jika ditelusuri silsilah keilmuannya dalam tasawuf, maka jalurnya adalah: Abul Qasim Al-Qusyairī, Abu Ali ad-Daqqaq, Abu Qasim an-Nashrabadi, Muhammad Asy-Syibli, al-Junaid al-Baghdadi, as-Sirri as-Saqati, Ma'ruf al-Karkhi, Dawud at-Tha'i. Setelah mendalami tasawuf, beliau juga mempelajari ilmu tauhid dan ushul fikih dari Ibnu Faurok, seorang ulama besar pada masa itu yang dikenal sebagai penyebar pemikiran Imam Abu Hasan al-Asy'ari. Oleh karena

¹⁵ An-Nasaburi. h.2

itu, Abul Qasim Al-Qusyairī tidak hanya dikenal sebagai tokoh sufi, tetapi juga sebagai pembela setia mazhab Abu Hasan al-Asy'ari. Sikapnya ini dibuktikan melalui salah satu karya pentingnya yang berjudul "Syikāyah Ahl al-Sunnah bi Hikāyati Mā Nālahum min al-Miḥnah", yang berisi pembelaan kuat terhadap ajaran Ahlussunnah wal Jama'ah.¹⁶

Al-Qusyairī pernah meninggalkan kampung halamannya untuk pergi ke Naisābūr, yang saat itu merupakan ibu kota wilayah Khurasan. Pada awalnya, tujuan perjalanannya ke sana adalah untuk mempelajari ilmu matematika. Hal ini dilatarbelakangi oleh keprihatinannya terhadap penderitaan masyarakat yang dibebani pajak tinggi oleh penguasa. Beliau berharap, dengan menguasai matematika, ia bisa memberikan solusi untuk meringankan beban masyarakat. Al-Qusyairī memiliki pengetahuan yang sangat luas dan mendalam, mencakup berbagai cabang ilmu. Dalam bidang teologi (Ushuluddin), ia mengikuti ajaran Imam Abū al-Hasan al-Asy'ari. Selain itu, ia juga dikenal sebagai ahli hadits, bahasa, dan sastra, serta piawai dalam menulis, membuat puisi, dan seni kaligrafi. Namun demikian, bidang tasawuf menjadi bagian paling menonjol dalam dirinya dan yang paling mengangkat namanya hingga dikenal luas.¹⁷

c. Guru-guru Al-Qusyairī

Al-Qusyairī menimba ilmu dari beberapa ulama terkemuka pada masanya. Dalam bidang tasawuf, ia berguru kepada Abu Ali al-Hasan bin Ali an-Naisaburi ad-Daqqaq. Selain itu, ia juga memperoleh pengetahuan dari Abu Abdurrahman Muhammad bin Husain bin Muhammad al-Azdi as-Sulami an-Naisaburi. Untuk ilmu fikih, Al-Qusyairī belajar kepada Abu Bakr Muhammad bin Abu Bakar ath-Thusi.

¹⁶ Muhammad Tholhah al Fayyadl, "Biografi Imam al-Qusyairi: Tokoh Pertama Pelurus Penyimpangan Tasawuf," Nu Online, 2021, Di akses pada tanggal 30 Juni 2025, Dari <https://islam.nu.or.id/sirah-nabawiyah/biografi-imam-al-qusyairi-tokoh-pertama-pelurus-penyimpangan-tasawuf-b3Q3F>

¹⁷ Abdul Karim Hawazin Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyarat*, Jilid 1 (Lebanon: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyah, 2007). h.3

Sementara itu, dalam bidang ushul fikih, ia mendalami ilmu tersebut dari beberapa tokoh, yaitu Abu Bakar Muhammad bin Husain bin Furak al-Ansari al-Asbahani, Abu Ishaq Ibrahim bin Muhammad bin Mahran al-Asfarayaini, Abu al-Abbas bin Syuraih, dan Abu Manshur Abdul Qahir bin Muhammad al-Baghdadi at-Tamimi al-Asfarayaini.

d. Karya-karya Al-Qusyairī

1. *Ahkam al-Syari'*
2. *Adab al-Shufiyah*
3. *Al-Arba'un fi al-Hadis*
4. *Istifadha al-Muradat*
5. *Bulghah al-Maqasid fi al-Tasawuf*
6. *At-Tahbir fi at-Tazkir*
7. *Tartib al-Suluk fi tariqilillahi ta'ala*
8. *At-Tauhidun nabawi*
9. *At-Taisir fi ilmi at-Tafsir*
10. *Al-Jawahir*
11. *Hayah al-Arwah wa Dalil ila tariq al-Islam*
12. *Diwan Syi'ir Adz-Dzikr wa adz-Dzakir*
13. *Ar-Risalah Al-Qusyairīyah fi ilmi Tasawuf*
14. *Sirah al-Masyayikh*
15. *Syarh al-Asma'il husna*
16. *Syikayatu Ahl as-Sunnah maa nalahum min al-Mihnah*
17. *'Uyun al-Ajwibah fi ushul al-'As'ilah*
18. *Al-Fushul fi al-Ushul*
19. *Lataif al-Isyarat*
20. *Al-Luma' fi al-I'tiqad*
21. *Majalis Abi Ali al-Hasan al-Daqqaq*
22. *Al-Mi'raj*
23. *Al-Munajat*
24. *Mantsur al-Khitab fi Syuhud al-Bab*
25. *Naskh al-Hadis wa Mansukh*

26. *Nahw al-Qulub ash-Shagir*
27. *Nahw al-Qulub al-Kabir*
28. *Nukatu Ulin Nuha*.

Sebelum menulis karya tafsir sufistik *Lathāif al-Isyārāt*, Al-Qusyairī terlebih dahulu menyusun sebuah tafsir eksoterik berjudul *at-Taysīr fī ‘Ilm at-Tafsīr*. Tafsir ini sepenuhnya bersifat lahiriah (eksoterik), dengan pendekatan analisis kebahasaan, perubahan bentuk kata, penjelasan *sabab an-nuzūl* (konteks historis turunnya ayat), serta memuat kritik dan refleksi terhadap persoalan fikih dan ilmu kalam. Metodologi yang digunakan dalam *at-Taysīr* jelas berbeda dengan pendekatan isyārī yang digunakan dalam *Lathāif al-Isyārāt*. Hal ini menunjukkan bahwa sebelum menekuni dunia tasawuf dan menghasilkan karya tafsir spiritual, Al-Qusyairī telah memiliki penguasaan mendalam terhadap disiplin ilmu keislaman yang bersifat eksoterik.¹⁸

B. Metodologi Kitab Tafsir Al-Marāgi dan Laṭ’āif Al-Isyārāt

1. Kitab Tafsir Al-Marāgi

Setelah menguraikan biografi secara umum mengenai para mufasir, pada bagian ini penulis akan memaparkan pembahasan tentang kitab tafsir al-Marāgi karya ‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi yang dipilih sebagai objek penelitian dalam kajian ini. Pembahasan yang disampaikan mencakup identifikasi fisiologis, identifikasi metodologis, dan identifikasi ideologis.

a. Identifikasi Fisiologis

Karya ‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi, Tafsir al-Maragi, diberi nama berdasarkan nisbah di belakang namanya, ‘al-Maragha’. Ini penting untuk diingat karena ada kesalahpahaman bahwa tafsir al-Marāgi ditulis oleh mantan Syekh al-Azhar, yaitu Muhammad Muṣṭafa al-Marāgi, kakak kandung dari ‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi.¹⁹

¹⁸ Habibi Al Amin, “Tafsir Sufi Lata’if al-Isyarat,” *Suhuf* 9, no. 1 (2016): 59, <https://doi.org/10.22548/shf.v9i1.84>. h.61

¹⁹ Zaini, *Tafsir Tematik Ayat-Ayat Kalam: Tafsir Al-Maraghi*. h.15

Al-Marāgi menulis tafsirnya selama kurang lebih sepuluh taun, dari tahun 1940 hingga tahun 1950 M. Selama proses penulisan tafsir ini, al-Marāgi hanya memerlukan waktu istirahat selama empat jam, sementara sisa waktu sebanyak dua puluh jam beliau dedikasikan untuk mengajar dan menulis. Beliau memulai aktivitasnya sepertiga malam, sekitar pukul 03.00, dengan melaksanakan shalat tahajjud dan hajat sambil memohon petunjuk kepada Allah. Setelah itu, beliau melanjutkan penulisan tafsirnya, ayat demi ayat. Pekerjaan menulis tersebut baru dihentikannya ketika beliau akan berangkat bekerja. Usai bekerja, beliau tidak beristirahat seperti umumnya orang lain, melainkan kembali melanjutkan penulisannya yang kadang-kadang berlangsung hingga tengah malam.

Tafsir al-Marāgi pertama kali diterbitkan di Kairo pada tahun 1951 M. Pada edisi pertama, tafsir Al-Marāgi terdiri dari 30 juz, yang sejalan dengan pembagian juz al-Qur'ān. Selanjutnya, pada edisi kedua, tafsir ini diterbitkan dalam 10 jilid, di mana setiap jilid mencakup 3 juz. Selain itu, ada juga edisi yang diterbitkan dalam 15 jilid, dengan 2 juz di setiap jilidnya.²⁰

b. Identifikasi Metodologis

1) Latar Belakang Penulisan Kitab Tafsir

Tafsir al-Marāgi dianggap sebagai salah satu buku tafsir terbaik yang pernah ditulis di abad ini. Pada muqaddimah kitab tafsir, penulis secara tidak langsung menyatakan bahwa penulisan kitab tafsir ini dipengaruhi oleh dua faktor: Pertama, faktor eksternal. Banyak pertanyaan dari masyarakat yang berkisar pada tafsir mana yang paling mudah dipahami, paling bermanfaat bagi pembacanya, dan paling mudah dipelajari. Setelah mendengar pertanyaan-pertanyaan tersebut, beliau merasa agak sulit untuk memberikan jawaban.²¹ Masalahnya, meskipun kitab-kitab tafsir bermanfaat karena

²⁰ Saiful Amin Ghofur, *Mozaik Mufasssir Al-Qur'ān Dari Klasik Hingga Kontemporer*, Cet. 1 (Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013), h.99-101

²¹ S A Nissa, F Faridah, dan M Murdianto, "Konsep Hedonisme dalam Al-Qur'ān Perspektif Tafsir Al-Maraghi," *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu Ilmu ...* 5, no. 2 (2024), h.348

mengungkapkan masalah agama dan kessulitan yang sulit dipahami, sebagian besar dibumbui dengan istilah-istilah dari bidang lain, seperti ilmu balaghah, nahwu, sorof, fiqh, tauhid, dan bidang lain. Ini membuat pembaca sulit memahami al-Qur’ān dengan benar.²² Selain itu, ada beberapa kitab tafsir yang telah dilengkapi dengan penafsiran dan menggunakan analisis ilmiah, yang pada saat itu tidak diperlukan. Mereka juga berpendapat bahwa al-Qur’ān tidak perlu ditafsirkan dengan menggunakan analisis ilmiah, karena analisis ilmiah hanya berlaku untuk saat ini (relatif) dan situasi akan berubah dengan waktu.²³

Kedua, faktor internal, yang berasal dari al-Marāgi sendiri, cita-citanya untuk menjadi obor pengetahuan Islam, terutama dalam ilmu tafsir, membuatnya merasa terdorong untuk memperluas pengetahuan yang sudah beliau pelajari. Berdasarkan pengalamannya selama lima puluh tahun lebih dalam bidang bahasa Arab, al-Marāgi merasa terdorong untuk mengembangkan pengetahuan yang sudah beliau pelajari.²⁴ Setelah fenomena ini terjadi, al-Marāgi merasa terdorong untuk menulis sebuah tafsir menggunakan metode penulisan yang sistematis, bahasa yang mudah dipahami, dan metode yang efektif. Beliau menyebut kitab tafsir tersebut “Tafsir al-Marāgi”, sesuai dengan namanya. Tafsir al-Marāgi adalah karya terpenting ‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi. Kitab tafsir ini terdiri dari 10 jilid yang masing-masing mengandung 3 juz, sehingga totalnya adalah 30 juz, sesuai dengan jumlah juz yang ada dalam al-Qur’ān.²⁵

2) Metodologi Penafsiran

²² Fithrotin, “Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran ‘Ahmad Mustafa Al Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al Maraghi (Kajian Atas Qs. Al Hujurat Ayat: 9).” h.112

²³ Nissa, Faridah, dan Murdianto, “Konsep Hedonisme dalam Al-Qur’ān Perspektif Tafsir Al-Maraghi.” h. 349

²⁴ ‘Ahmad Mustafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*, (Semarang: CV. Karya Toha Putra, 1993). h.4

²⁵ Supriadi, “Studi Tafsir Al-Maraghi Karya ‘Ahmad MuṣṭafaAl-Maraghi.” h. 7

Al-Marāgi menerapkan metode tafsir tahili, yaitu dengan menafsirkan al-Qur’ān berdasarkan urutan ayat sebagaimana terdapat dalam mushaf, dimulai dari surat al-Fatihah hingga surat al-Nas. Penafsirannya disampaikan secara rinci dan disertai dengan analisis yang kpmprehensif. Pertama, tafsir al-Marāgi secara khusus ditulis dengan gaya bahasa yang sederhana dan mudah dipahami. Gaya ini sesuai dengan tujuan penyusunannya, yaitu agar masyarakat lebih mudah memahami ajaran al-Qur’ān melalui tafsir yang disajikan secara jelas dan mudah diakses. Salah satu contohnya dapat dilihat dalam penafsiran surat al-Ma’un, di aman beliau menggunakan pendekatan al-Adabi al-Ijtima’i.

Di akhir surat al-Ma’un, beliau menekankan bahwa orang yang benar-benar meyakini hari akhir adalah mereka yang menunjukkan kasih sayang kepada sesama. Sebaliknya, mereka yang mengingkari hari akhir adalah orang-orang yang tidak memiliki kepedulian terhadap sesama manusia. Beliau kemudian mengajukan pertanyaan kepada umat Islam yang mengaku beriman kepada hari akhir dan kepada Rasulullah SAW, yaitu apakah mereka termasuk dalam golongan yang mempercayai atau mendustakan hari akhir tersebut. Pertanyaan ini dapat ditelaah melalui pelaksanaan ibdah sehat dan puasa yang mereka lakukan. Apakah shalat mereka dilakukan dengan khusyuk dan memberikan dampak yang positif, ataukah sekadar memenuhi kewajiban? Di samping itu, timbul pertanyaan apakah puasa mereka hanya sebatas menahan lapar, tanpa memberikan pengaruh nyata terhadap tindakan mereka sehari-hari. Uraianya mencerminkan pengamatannya terhadap perilaku umat Muslim kala itu, yang beliau hubungkan dengan kandungan surat al-Ma’un.²⁶

²⁶ Hilmi Rahman Farhan Ahsan Anshari, “Metodologi Khusus Penafsiran Al-Qur’ān dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi,” *Iman dan Spiritualitas* 1, no. 1 (2021): 55–62, <https://doi.org/http://doi.org/10.1557/jis.v1i1.11480> h. 58

Kedua, menyajikan satu, dua, atau sekelompok ayat untuk ditafsirkan. Misalnya, saat beliau menguraikan surat al-Baqarah ayat 14, 15, dan 16, beliau tidak membahasnya secara langsung dalam satu kesatuan tema, melainkan membagikan ke dalam beberapa bagian. Dengan cara ini, satu tema dapat mencakup beberapa kelompok ayat yang dijelaskan secara terpisah.

Ketiga, penjelasan mengenai kosa kata yang dianggap sulit (Sharh al-Mufradat) dilakukan dengan penuh ketelitian. Dalam menafsirkan surat al-Baqarah ayat 14, 15, dan 16, beliau terlebih dahulu mengulas kata-kata penting yang perlu dipahami. Salah satu contoh penafsiran al-Marāgi menunjukkan perhatiannya yang detail terhadap makna kata, yang turut memperjelas isi ayat. Misalnya kata *al-liqa* (اللقاء) yang berarti pertemuan tak disengaja, dapat diartikan sebagai: “Engkau akan bertemu dan berinteraksi dengannya jika engkau bersikap bersahabat dan menerima dirinya.” Bisa juga dimaknai bahwa seseorang dapat kembali kepada orang lain jika berada dalam kesendirian bersamanya. Selain itu, kata *khala* (خلا) dapat diartikan sebagai sesuatu yang telah terjadi di masa lalu. Adapun setan merujuk pada makhluk yang bersifat sombong dan angkuh, baik berasal dari golongan jin maupun manusia. Hal ini sebagaimana dijelaskan bahwa setan dari kalangan jin dan manusia saling membisikkan kata-kata yang indah namun penuh dengan tipu daya.

Mengenai istilah *استحزاء السخرية* الا diartikan sebagai: “Aku memperolok dia dan aku diperolok.” Adapun kata *طغيان*, di baca dengan dhammah pada huruf ط dan kasrah pada huruf setelahnya, maksudnya adalah melampaui batas dalam segala hal. Sedangkan istilah *العمه* merujuk pada kegelapan penglihatan sebagaimana dialami oleh orang buta yang tidak dapat melihat. Sebagai akibatnya, mereka

merasa kebingungan dan kehilangan arah, sehingga kehidupannya menjadi tidak stabil.²⁷

Keempat, pengertian ayat secara ijmal. Dalam tafsir al-Marāgi, terdapat penjelasan mengenai tafsir al-Qur'ān secara global. Al-Marāgi menyajikan makna ayat-ayat tersebut dengan cara ijmal, bertujuan untuk memberikan pengertian yang luas mengenai makna ayat-ayat tersebut. Oleh karena itu, sebelum membahas pengertian tafsir yang menjadi pokok pembahasan, pembaca diharapkan telah memahami makna ayat-ayat secara ijmal. Berikut adalah contoh penafsiran secara ijmal dalam surah al-Ikhlās ayat 1-4:

قُلْ هُوَ اللَّهُ أَحَدٌ اللَّهُ الصَّمَدُ لَمْ يَلِدْ وَلَمْ يُولَدْ وَلَمْ يَكُنْ لَهُ كُفُوًا أَحَدٌ

Artinya. *"Katakanlah, "Dialah Allah Yang Maha Esa. Allah tempat meminta segala sesuatu. Dia tidak beranak dan tidak pula diperanakan, serta tidak ada sesuatu pun yang setara dengan-Nya."*²⁸

Surah ini mengandung pilar-pilar terpenting berkaitan dengan dakwah Nabi, yaitu penjelasan mengenai prinsip tauhid dan penyucian nama Allah. Selain itu, surah ini juga menjelaskan batasan-batasan umum mengenai amal perbuatan, lengkap dengan penjelasan mengenai amal-amal yang salah beserta lawan dari amal tersebut. Di samping itu, surah ini juga menguraikan keadaan jiwa manusia setelah meninggal, yang akan dibangkitkan dan dibahas sesuai dengan amal perbuatannya, baik yang menghasilkan pahala maupun yang mendatangkan siksaan.

Oleh karena itu, seseorang yang memahami makna surah ini dengan penghayatan yang mendalam terhadap kebenaran yang

²⁷ F A Anshari dan H Rahman, "Metodologi Khusus Penafsiran Al-Qur'ān dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi," *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1, no. 1 (2021): 57, <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jis/article/view/11480>. h.58-59

²⁸ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'ān, *Al-Qur'ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.913

terkandung di dalamnya, akan menyadari bahwa ajaran yang disampaikan dalam agama Islam berfokus pada masalah tauhid dan penyucian Allah. Semua hal tersebut telah disebutkan secara global dalam surah ini.²⁹

Kelima, Asbab an-Nuzul. Sebab an-Nuzul merujuk pada peristiwa yang melatarbelakangi turunnya ayat-ayat al-Qur'ān serta menjelaskan hukum yang terkandung di dalamnya. Dengan demikian, asbâb al-nuzûl adalah peristiwa yang terjadi pada masa Nabi Muhammad SAW atau pertanyaan yang diajukan kepada beliau, di mana kemudian Allah SWT menurunkan ayat yang menjelaskan segala hal yang berhubungan dengan peristiwa tersebut atau memberikan jawaban atas pertanyaan yang diajukan.

Tafsir al-Marāgi menyajikan asbab al-Nuzul berdasarkan riwayat yang sahih yang sering dijadikan referensi oleh para ahli tafsir. Selain itu, Tafsir al-Marāgi juga senantiasa melakukan kontekstualisasi terhadap ayat-ayat dengan mempertimbangkan asbâb al-nuzul-nya.³⁰

Keenam, mengesampingkan istilah yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan. Tafsir al-Marāgi mengambil langkah untuk mengesampingkan terminologi yang berkaitan dengan ilmu pengetahuan. Sebagai contoh, ilmu sharaf, nahwu, balaghah, dan sebagainya, meskipun penggunaan ilmu-ilmu tersebut dalam tafsir telah menjadi kebiasaan di kalangan para mufassir terdahulu. Kehadiran ilmu-ilmu tersebut justru dapat menjadi penghambat bagi para pembaca dalam memahami kitab-kitab tafsir. Hal ini disebabkan oleh masih adanya sejumlah persoalan yang rumit dan sulit dipahami dalam teks-teks tafsir. Pembahasan mengenai ilmu-ilmu tersebut memiliki bidang kajian tersendiri, dan sebaiknya tidak dicampurkan

²⁹ 'Ahmad Mushthafa Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*, terj oleh Bahrin Abubakar Al Humam, Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer, Jilid 10 (Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993). h.463

³⁰ Ika Parlina, Aam Abdussalam, dan Tatang Hidayat, "Analisis Metode Tafsir Al-Marāghī," *ZAD Al-Mufassirin*, 2021. <https://doi.org/10.55759/zam.v3i2.27> h. 237

ke dalam tafsir al-Qur'ān, meskipun ilmu-ilmu tersebut sangat penting dan seharusnya dikuasai oleh seorang mufassir.³¹

Ketujuh, gaya bahasa mufassir. Kitab-kitab tafsir yang ditulis di masa lalu disusun dengan gaya bahasa yang disesuaikan dengan pemahaman para pembacanya saat itu, sehingga sangat mudah dipahami oleh para pembaca. Sebagian besar mufassir menampilkan hasil tafsir mereka dengan gaya bahasa yang mudah dipahami, yang sekaligus menjadi kehormatan tersendiri karena dapat menulis melalui cara seperti itu. Al- Marāgi, misalnya, menggunakan bahasa yang sederhana agar lebih mudah dipahami oleh pembaca. Kesadaran ini muncul ketika beliau membaca tafsir-tafsir sebelumnya, yang menurutnya, gaya bahasa yang digunakan dalam tafsir-tafsir tersebut berkembang sesuai dengan zamannya. Masyarakat di masa lalu mungkin sangat memahami gaya bahasa dalam tafsir klasik, tetapi bagi orang-orang zaman sekarang, hal itu dirasa sudah terlalu sulit.

Oleh karena itu, al-Marāgi berusaha menafsirkan dengan menggunakan bahasa baru yang lebih mudah dipahami, tanpa mengabaikan substansi penafsiran yang telah dilakukan oleh ulama terdahulu. Meski demikian, ia tetap merujuk pada para ulama penafsir sebelumnya. Beliau berupaya memperlihatkan keterkaitan antara ayat-ayat al-Qur'ān dengan pemikiran dan ilmu pengetahuan lainnya. Untuk keperluan itu, beliau secara sengaja berkonsultasi dengan para ahli di bidang masing-masing, seperti dokter, astronom, sejarawan, dan orang-orang bijak, untuk menggali pandangan mereka.³²

Poin kedelapan, yaitu menghindari penjelasan israiliyat. Dalam tafsirnya, al-Marāgi memilih untuk tidak menggunakan riwayat israiliyat dalam menjelaskan al-Qur'ān. Beliau menyoroti salah satu kelemahan tafsir-tafsir sebelumnya, yaitu pengutipan kisah-kisah dari Ahli Kitab tanpa analisis yang kritis. Menurutya, banyak ulama yang

³¹ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*. h.18

³² Al-Maraghi. *Tafsir al-Maraghi Jilid 1*. h.18

mengadopsi dan memasukkan kisah-kisah tersebut ke dalam tafsir mereka tanpa melakukan seleksi yang tepat, sehingga mereka menerima semua periwayatan, baik yang shahih maupun yang lemah.³³

3) Sumber Penafsiran dan Sumber Rujukan

Dari segi sumber penafsirannya, metode yang digunakan oleh al-Marāgi untuk menafsirkan ayat-ayat al-Qur’ān dalam karyanya adalah dengan menggabungkan metode bil Ma’tsur dan metode bil Ra’yi, yang juga dikenal sebagai metode bil Iqtirani. Menurut al-Marāgi, di era yang maju seperti saat ini, penafsiran al-Qur’ān tidak dapat dilakukan hanya dengan mengandalkan metode bil Ma’tsur semata. Hal ini disebabkan oleh keterbatasan jumlah riwayat yang ada dan fakta bahwa berbagai permasalahan yang muncul memerlukan penjelasan yang semakin komprehensif seiring dengan perkembangan ilmu pengetahuan modern yang berlangsung dengan cepat.

Di lain pihak, penafsiran yang hanya didasarkan pada akal semata juga tidak dapat diterima, karena hal tersebut dapat menimbulkan risiko penyimpangan yang serius, sehingga tafsir yang dihasilkan mungkin tidak dapat diterima secara luas. Karena al-Qur’ān pada dasarnya tidak dapat dipahami hanya dengan logika akal, maka diperlukan adanya sunnah dan riwayat yang shahih sebagai jembatan dan panduan dalam penafsiran.³⁴

Dalam muqaddimah Tafsir al-Marāgi, beliau menyebutkan sejumlah tafsir yang dijadikan sumber rujukan dalam proses penafsirannya. Beberapa di antara kitab tafsir yang dimaksud antara lain: Tafsir al-Tabari, Tafsir al-Kashaf karya al-Zamakhshari, Anwar al-Tanzil wa Asrar al-Ta’wil oleh al-Baidhowi, Mafatih al-Ghaib

³³ Anshari dan Rahman, “Metodologi Khusus Penafsiran Al-Qur’ān dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi.” h.60

³⁴ Fithrotin, “Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran ‘Ahmad Mustafa Al Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al Maraghi (Kajian Atas Qs. Al Hujurat Ayat: 9).” h.113

karya al-Razi, al-Bahr al-Muhit, Tafsir Abi Muslim al-Asfahani, Tafsir al-Manar, Tafsir al-Jawahir, dan sejumlah tafsir lainnya.³⁵

4) Corak Penafsiran

Menurut M. Quraish Shihab, kecenderungan atau corak yang paling dominan dalam penafsiran al-Marāgi adalah al-Adabi al-Ijtima'i. Menurutnya al-Marāgi menggunakan corak ini dalam penafsirannya terhadap al-Qur'ān, yang membuatnya mudah dipahami dan sesuai dengan kondisi umat dan pemikiran modern, dengan menggunakan bahasa yang lugas dan tidak bertele-tele. Setelah itu, corak ini dikenal karena membahas berbagai persoalan kehidupan yang dihadapi masyarakat, lalu mengaitkannya dengan isi surat yang sedang ditafsirkan.³⁶

5) Sistematika Penafsiran

Berbeda dengan tafsir salaf yang memiliki sistematika penulisan yang relatif sederhana, meski pembahasannya sangat mendalam, al-Marāgi menyusun tafsirnya dengan pendekatan yang lebih terstruktur. Ia menjelaskan sistematika dan langkah-langkah penulisan yang digunakannya dalam muqaddimah tafsirnya. Beberapa langkah tersebut antara lain

- a. Menyampaikan ayat-ayat di awal pembahasan.
- b. Penjelasan kata-kata.
- c. Pengertian ayat secara ijmal.
- d. Asbabun Nuzul (sebab-sebab turun ayat).
- e. Mengesampingkan istilah-istilah yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan.
- f. Gaya bahasa para mufassir.
- g. Pesatnya sarana komunikasi di masa modern.

³⁵ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*. h.23-45

³⁶ Farhan Ahsan Anshari, "Metodologi Khusus Penafsiran Al-Qur'ān dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi." h. 58

h. Seleksi terhadap kisah-kisah yang terdapat dalam kitab-kitab tafsir.

i. Jumlah juz tafsir.³⁷

Dengan pola yang sistematis semacam ini, tidak mengherankan jika banyak orang menyatakan bahwa kitab tafsir ini mudah dipahami dan enak untuk dibaca. Hal ini sangat cocok dengan kebutuhan masyarakat kelas menengah dalam memahami al-Qur'ān dan relevan dengan berbagai problematika yang muncul di zaman kontemporer.³⁸

c. Identifikasi Ideologis

‘Ahmad Muṣṭafa al-Marāgi adalah seorang mufassir yang memiliki beragam keahlian dalam berbagai disiplin ilmu agama. Beliau dipandang sebagai sosok mufassir reformis, khususnya dalam bidang tafsir, yang terlihat dari metode, sistematika, dan bahasa yang digunakan. Terkait mazhab yang dianutnya, terdapat perbedaan pendapat; sebagian orang beranggapan bahwa al-Marāgi mengikuti mazhab Syafi'i atau Hanafi, sementara yang lain berpendapat bahwa beliau tidak terikat pada mazhab tertentu. Muhammad Ali Iyazi berpendapat bahwa al-Marāgi menganut mazhab Syafi'i.

2. Kitab Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt

Setelah menjelaskan riwayat hidup para mufasir, pada bagian ini penulis akan membahas kitab tafsir Lathā'if al-Isyārāt karya imam Al-Qusyairī , yang menjadi pilihan dalam penelitian ini. Pembahasan yang akan diuraikan meliputi identifikasi fisiologis, metodologis, serta ideologis dari karya tersebut.

a. Identifikasi Fisiologis

Karya tafsir berjudul Lathā'if al-Isyārāt ini pertama kali terbit di Kairo dalam tiga jilid, lalu dicetak ulang oleh penerbit yang sama pada tahun 1390 H. Sebelum menyusunnya, al-Qusyairī telah menulis sebuah

³⁷ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*. Jilid 1 Muqaddimah. h.17-21

³⁸ Fithrotin, “Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran ‘Ahmad Mustafa Al Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al Maraghi (Kajian Atas Qs. Al Hujurat Ayat: 9).” h.60

tafsir lain dengan metode konvensional yang lazim dipakai para mufasssir. Berbeda dari karya sebelumnya, *Lathā'if al-Isyārāt* menggunakan pendekatan tasawuf. Beliau menerapkan metode khas yang memadukan potensi qalb (hati) dan 'aql (akal), sehingga pembaca dapat memahami penafsirannya dengan lebih jelas. Judul *Isyārāt* dipilih karena isyarat dianggap lebih mampu menyampaikan cinta daripada ungkapan verbal, sementara ayat-ayat al-Qur'ān menyimpan banyak rahasia yang hanya dapat diungkap melalui jalan sufi. Oleh sebab itu, kitab ini tidak hanya menyoroti aspek kebahasaan dan disiplin ilmu lain sebagaimana tafsir eksoterik, tetapi juga berusaha menggali makna batiniyah ayat-ayat al-Qur'ān. Perlu dicatat, al-Qusyairī tidak mencantumkan daftar referensi penulisan sebagaimana lazimnya para mufasssir.³⁹

b. Identifikasi Metodologis

1) Latar Belakang Penulisan Kitab Tafsir

Tersirat bahwa latar belakang penyusunan kitab tafsir ini didorong oleh kenyataan bahwa sebagian besar karya tafsir sebelumnya cenderung berfokus pada satu corak keilmuan tertentu saja, seperti tasawuf, kalam, atau filsafat secara terpisah. Akibatnya, penafsiran ayat-ayat al-Qur'ān sering kali terkesan terbatas pada aspek teoritis tanpa diiringi integrasi dengan praktik spiritual atau amaliah. Oleh karena itu, tafsir ini hadir sebagai upaya untuk menghadirkan pemahaman terhadap ayat-ayat Allah yang sarat makna dan keajaiban melalui pendekatan sufistik, namun tetap terbuka terhadap kontribusi dari disiplin ilmu lain seperti ilmu kalam, fikih, dan sebagainya, sehingga tercipta harmoni antara makna, ilmu, dan amalan.⁴⁰

2) Metodologi Penafsiran

Imam Al-Qusyairī, dalam *Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt*, menerapkan metode tahlili secara runtut, dimulai dari Surah al-Fātiḥah hingga

³⁹ N A Kamal dan S M Munawwaroh, "Metode Tafsir Lathaif Al-Isyarat Karya Imam Al-Qusyairi," *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1 (2021): 40–46, <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jis/article/view/11471>. h.42

⁴⁰ Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyarat*. h.6

Surah an-Nas. Dalam penafsirannya, beliau berupaya mengintegrasikan antara nilai-nilai tasawuf dengan ilmu-ilmu syariat. Meskipun penekanan utamanya berada pada aspek sufistik, Al-Qusyairī tetap menjaga agar makna batiniah yang disampaikan tidak bertentangan dengan makna lahiriah teks al-Qur’ān. Oleh karena itu, Tafsir Laṭ’āif Al-Isyārāt dapat dikategorikan sebagai tafsir bercorak sufi isyāri, karena berupaya mengungkap makna-makna isyarat dalam al-Qur’ān sebagai pedoman spiritual bagi jiwa manusia.⁴¹

3) Corak Penafsiran

Tafsir ini disusun oleh Imam Abu al-Qasim Al-Qusyairī dan ditahqiq oleh Ibrahim al-Basyuni. Karya tersebut diterbitkan di Mesir oleh penerbit Al-Hay’ah al-Maṣriyyah al-‘Āmmah lil-Kitāb, pada cetakan ketiga. Imam Al-Qusyairī menyusun tafsir ini dengan pendekatan isyāri, yakni penafsiran yang berfokus pada makna-makna batiniah dan simbolis dari ayat-ayat al-Qur’ān. Dalam penjelasannya, beliau menegaskan bahwa penafsiran dengan corak isyāri merupakan keistimewaan yang hanya dapat dilakukan oleh hamba-hamba pilihan Allah, dan tidak dapat dijangkau oleh kebanyakan manusia. Penafsiran ini bersumber dari ilham yang diterima oleh para ahli ma’rifah, sehingga kitab ini memuat berbagai isyarat al-Qur’ān yang dipahami melalui pandangan spiritual mereka.⁴²

4) Sistematika Penafsiran

1. Al-Qusyairī memulai penafsirannya dengan menjelaskan keutamaan dari surat yang akan dikaji, kemudian melanjutkan dengan penafsiran setiap ayat secara rinci.
2. Setiap penafsiran yang disampaikan mengandung nilai-nilai sufistik.

⁴¹ Maulana, “Studi Tafsir Sufi: Tafsir Lathā’if al-Isyarat Imam al-Qusyairi.” h.11

⁴² Hafizzullah, Nurhidayati Ismail, dan Risqo Faridatul Ulya, “Tafsir Lathā’if al-Isyārāt Imam al-Qusyairi: Karakteristik dan Corak Penafsiran,” *Jurnal Fuaduna : Jurnal Kajian Keagamaan dan Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2020): 147, <https://doi.org/10.30983/fuaduna.v4i2.3594>. h.152-153

3. Dalam hal penafsiran basmalah, Al-Qusyairī tidak memasuki ranah perdebatan.
4. Sebelum menelaah makna ayat dari perspektif tasawuf, ia terlebih dahulu menjelaskan makna lahiriahnya.
5. Penafsirannya mencerminkan upaya integratif antara pendekatan fikih dan tasawuf.⁴³

C. Penafsiran Dalam Kitab Tafsir Al-Marāgi dan Tafsir Laṭ'āif Al-Isyārāt Tentang Ayat- ayat *Quarter Life Crisis*

Sebagaimana dijelaskan pada bab dua, fenomena *quarter life crisis* tidak dituliskan secara jelas dan langsung dalam al-Qur'ān. Oleh karena itu, penelitian ini akan merujuk pada definisi *quarter life crisis* dalam konteks kehidupan. Dalam bagian ini, penulis akan menjelaskan penafsiran dari beberapa ayat, yaitu QS. al-Baqarah [2]: 112, QS. al-Baqarah [2]: 155, QS. al-Imran [3]: 139, serta QS. al-Insyirah [94]: 5-6.

1. Penafsiran QS. Al-Baqarah [2]: 112

بَلَىٰ مَنْ أَسْلَمَ وَجْهَهُ لِلَّهِ وَهُوَ مُحْسِنٌ فَلَهُ أَجْرُهُ عِنْدَ رَبِّهِ وَلَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ

Artinya: “(Tidak demikian) bahkan barang siapa yang menyerahkan diri kepada Allah, sedang ia berbuat kebajikan, maka baginya pahala pada sisi Tuhan-Nya dan tidak ada kekawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”⁴⁴

Al-Marāgi menjelaskan, Kata “Balaa” (بلى) digunakan untuk menegaskan penolakan terhadap pernyataan yang keliru dan sebagai sanggahan atas klaim yang tidak benar. Dalam konteks ini, kata tersebut membatalkan ucapan yang menyatakan bahwa hanya orang Yahudi atau Nasrani saja yang akan masuk surga. Maknanya adalah bahwa pernyataan itu tidak benar; justru surga terbuka bagi siapa saja yang beriman dan beramal saleh dengan tulus, tidak terbatas pada satu kelompok agama saja.

⁴³ Kamal dan Munawwaroh, “Metode Tafsir Lathaif Al-Isyarat Karya Imam Al-Qusyairi.” h.42

⁴⁴ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'ān, *Al-Qur'ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.22

Rahmat Allah mencakup seluruh umat manusia yang berserah diri dan berbuat kebaikan dengan ikhlas. Allah SWT berfirman: “Barangsiapa menyerahkan wajahnya kepada Allah dan dia berbuat baik, maka baginya pahala di sisi Tuhannya” menjelaskan bahwa siapa pun yang tunduk kepada Allah dan melakukan amal saleh dengan keikhlasan akan memperoleh ganjaran dari-Nya. Allah adalah Tuhan yang Maha Adil dan tidak menyalahkan amal kebaikan. Ayat ini menekankan bahwa iman yang benar harus disertai dengan amal saleh untuk meraih keselamatan.

Adapun pernyataan “dan tidak ada (khawatir) rasa takut pada mereka dan mereka tidak bersedih hati” menunjukkan bahwa orang-orang yang menyerahkan diri kepada Allah dan berbuat baik akan terbebas dari rasa takut dan kesedihan, tidak seperti mereka yang menyembah berhala dan berpaling dari petunjuk Allah. Seorang mukmin, ketika ditimpa musibah, akan mencari penyebabnya, berusaha mengatasinya, dan bila tidak mampu, mereka menyerahkan urusannya kepada Allah dengan penuh tawakal. Beliau tetap tenang dan kuat karena yakin kepada pertolongan Allah. Sebaliknya, para penyembah berhala hidup dalam ketakutan akan masa depan dan kesedihan atas musibah yang menimpa. Mereka mudah panik dan tidak mampu bersabar dalam kesulitan, sehingga rentan tertipu oleh dukun dan tukang sihir, serta mempercayai kekuatan mistis tanpa dasar yang jelas.⁴⁵

Al-Qusyairī dalam tafsirnya menjelaskan, “Aslama wajhahu” (أسلم وجهه) mengandung makna penyerahan diri secara total kepada Allah dengan niat yang tulus dan murni. Seseorang yang melakukannya sepenuhnya memfokuskan perhatian dan pikirannya kepada Allah, membersihkan diri dari segala bentuk gangguan dan kecenderungan duniawi. Mereka benar-benar mengabdikan dirinya dengan kesungguhan hati dan keikhlasan yang sempurna hanya untuk Allah. Adapun makna dari “wa huwa muhsin” (وهو

⁴⁵ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid I*. h.356-357

(محسن) adalah bahwa orang tersebut menyadari secara mendalam tujuan dari setiap amal perbuatannya serta cara ia menjalankannya. Mereka senantiasa berbuat baik dalam berbagai aspek kehidupan, baik dalam pengelolaan harta maupun dalam perilakunya yang tunduk kepada perintah Allah.

Makna “al-ihsan” (الإحسان) dijelaskan sebagai bentuk ibadah kepada Allah dengan perasaan seolah-olah melihat-Nya secara langsung. Hal ini mendorong seseorang untuk berserah diri secara lahir dan batin, secara lahir mereka melakukan ibadah dengan kesungguhan, seperti dalam sujud dan doa, sementara secara batin menghadirkan perasaan diawasi dan dilihat oleh Allah, sehingga tumbuh rasa khusyuk dan penghayatan spiritual yang mendalam.

Selain itu, pengertian “aslama wajhahu” juga mencakup kepatuhan dalam menjalankan perintah agama, memelihara adab-adab ibadah, serta menghadirkan sikap hormat dan kesungguhan dalam beribadah. Mereka yang mencapai tingkatan ini tidak akan diliputi (khawatir) rasa takut akan ditinggalkan oleh Allah (khauf al-hajr), tidak mudah tertipu oleh godaan dunia, serta tidak dikuasai kesedihan menghadapi masa depan. Pandangan mereka senantiasa tertuju kepada Allah, tanpa terhalang oleh urusan duniawi yang mengaburkan hubungan spiritual dengan-Nya.⁴⁶

2. Penafsiran QS. Al-Baqarah [2]: 155

وَلَنَبْلُوَنَّكُمْ بِشَيْءٍ مِّنَ الْخَوْفِ وَالْجُوعِ وَنَقْصٍ مِّنَ الْأَمْوَالِ وَالْأَنْفُسِ وَالثَّمَرَاتِ وَبَشِّرِ الصَّابِرِينَ

Artinya: ”Dan Kami pasti akan menguji kamu dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Sampaikanlah (wahai Nabi Muhammad) kabar gembira kepada orang-orang sabar.”⁴⁷

Al-Marāgi menjelaskan, sesungguhnya Allah akan menguji kalian dengan berbagai macam cobaan. Contohnya, perasaan ketakutan terhadap musuh dan adanya bencana yang wajar terjadi, seperti kelaparan dan

⁴⁶ Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyarat* Jilid 1, h.62

⁴⁷ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.31

kekurangan hasil pertanian (paceklik). Bagi orang-orang yang beriman kepada Allah, keadaan seperti ini akan mereka hadapi, meskipun terpisah dari keluarga, bahkan diusir tanpa membawa apa pun. Sampai-sampai, karena rasa lapar yang melanda, orang-orang beriman jika memerlukan makanan cukup dengan mengisap buah kurma dan kemudian menyimpannya kembali, dengan memperhatikan kebutuhan di masa mendatang. Hal ini terutama terjadi ketika mereka menghadapi pertempuran di medan perang Ahzab dan Tabuk. Allah akan menguji mereka dengan kemungkinan terbunuh di medan perang atau meninggal karena sakit. Sebab ketika kaum Muslimin melakukan hijrah ke Madinah, di situ muncul wabah penyakit demam yang sangat mengkhawatirkan.⁴⁸

Al-Qusyairī menjelaskan, Allah menguji hamba-Nya melalui kenikmatan agar tampak siapa yang benar-benar bersyukur, dan melalui musibah agar terlihat siapa yang mampu bersabar. Setelah Allah menentukan keadaan mereka di dunia sesuai dengan ilmu-Nya, menetapkan kadar ujian yang akan mereka hadapi, dan menciptakan sifat-sifat mereka sebagaimana yang dikehendaki-Nya, maka Dia menguji mereka dengan berbagai bentuk cobaan, antara lain: Pertama, rasa takut: yang berfungsi untuk membersihkan hati dari kesombongan dan memperkuat keimanan. Kedua, kelaparan: yang menyucikan tubuh dari ketergantungan terhadap kenikmatan duniawi. Ketiga, Kekurangan harta: yang membersihkan jiwa dari cinta dunia dan melatih kedermawanan. Keempat, musibah terhadap jiwa (kehilangan nyawa): yang akan melipatgandakan pahala mereka di sisi Allah. Kelima, kerusakan hasil panen: yang Allah gantikan dengan balasan yang lebih besar.

Allah pun memberikan kabar gembira kepada orang-orang yang sabar, yakni mereka yang menerima takdir Allah tanpa keluhan dan pasrah sepenuhnya kepada kehendak-Nya. Disebutkan bahwa ujian berupa rasa takut adalah cara Allah menjauhkan mereka dari siksa-Nya; kelaparan

⁴⁸ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid II*. h. 38-39

merupakan jalan untuk mendekatkan diri dan meraih kemuliaan di sisi-Nya; kekurangan harta melatih mereka untuk bersedekah dan memperdalam pengenalan terhadap Allah. Makna “jiwa” di sini merujuk pada kepasrahan total dalam beribadah kepada Allah, sementara “buah-buahan” mencerminkan sikap melepaskan ketergantungan dan harapan berlebih terhadap nikmat dunia. Cobaan dari hal-hal yang tidak tampak seperti kehilangan harta, nyawa, atau orang-orang terdekat juga menjadi bagian dari ujian keimanan. Barang siapa menahan hartanya demi Allah, ia akan memperoleh keselamatan; barang siapa menyerahkan jiwanya untuk Allah, ia akan meraih derajat tinggi; barang siapa bersabar atas musibah yang menimpa keluarganya, ia akan memperoleh pahala dan kedekatan dengan Allah; dan barang siapa menyerahkan jiwanya sepenuhnya kepada Allah, maka ia akan senantiasa memperoleh curahan rahmat-Nya.⁴⁹

Berdasarkan penafsiran al-Marāgi dan Al-Qusyairi, penulis dapat menyimpulkan bahwa keimanan tidak serta merta menjamin kelimpahan rezeki, kekuasaan, maupun terbebas dari rasa takut. Semua hal tersebut berjalan sesuai dengan ketentuan Sunatullah. Musibah merupakan bagian dari ketetapan Allah yang tidak dapat dihindarkan. Allah menguji hamba-Nya dengan berbagai bentuk cobaan, seperti rasa takut, kelaparan, kekurangan harta, kehilangan jiwa, dan kerusakan hasil pertanian. Tujuan dari ujian tersebut adalah untuk menampakkan rasa syukur dalam kenikmatan dan kesabaran dalam musibah. Para sahabat Nabi bahkan pernah mengalami kondisi ekstrem, seperti kelaparan hebat saat perang dan wabah penyakit setelah hijrah ke Madinah. Ujian-ujian ini menjadi sarana pembersihan jiwa dan pendekatan diri kepada Allah. Mereka yang mampu bersabar tanpa mengeluh akan mendapat kabar gembira dari Allah, karena kesabaran adalah bentuk penerimaan terhadap takdir dan bentuk kepatuhan atas kehendak-Nya.

⁴⁹ Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyarat Jilid 1*. h.79

3. Penafsiran QS. Ali-Imran [3]: 139

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.”⁵⁰

‘Ahmad bin Muṣṭafa al-Marāgi menguraikan makna ayat tersebut dalam kitab Tafsir al-Marāgi. Dalam penjelasannya, Allah memberikan motivasi kepada umat Islam agar tidak merasa lemah ketika berperang melawan orang-orang kafir, meskipun mereka mengalami kekalahan dan kemalangan dalam perang Uhud. Umat Islam juga diingatkan agar tidak terlalu bersedih atas apa yang telah hilang akibat peristiwa tersebut.

Al-Marāgi menambahkan bahwa ayat ini menunjukkan kekhawatiran dan kesedihan tidak seharusnya bersatu dalam diri kaum Muslimin, mengingat mereka memiliki derajat yang tinggi di sisi Allah. Selain itu, ayat ini juga menandakan bahwa kaum Muslimin dilarang untuk bersedih atas sesuatu yang telah hilang atau yang telah berlalu, karena hal tersebut dapat mengganggu keteguhan hati mereka.

Adapun makna larangan bersedih yang terkandung dalam kalimat “وَلَا تَحْزَنُوا” adalah agar umat Islam tidak terjebak dalam kesedihan, dan sebagai respons yang baik yang dapat menjadi penawar jiwa, yakni dengan menggantikan perasaan sedih tersebut dengan amalan yang bermanfaat, meskipun mungkin terasa cukup berat.

Selanjutnya, makna dari “إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ” menghadirkan kabar gembira bagi kaum Muslimin bahwa setelah mengalami kekalahan dalam peristiwa Uhud, mereka akan mendapatkan pertolongan dari Allah di masa yang akan datang.⁵¹

Al-Qusyairī menjelaskan bahwa, jika kamu bersandar dan mengandalkan Allah, maka tidak sepatutnya kamu takut kepada selain

⁵⁰ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.90

⁵¹ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*. Jilid IV. h.133-135

Allah, dan tidak boleh kamu menjadi lemah atau putus asa. Karena pertolongan itu datang dari Allah, dan yang menang adalah Allah. Sedangkan selain Allah, mereka tidak memiliki kekuatan sedikit pun dan tidak pula bisa memberikan manfaat.

Kata *إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ* “Jika kamu benar-benar beriman”. Maksudnya, seorang mukmin tidak seharusnya merasa takut atau gentar kepada selain Allah. Keimana itu menuntut keberanian dan keyakinan bahwa pertolongan hanya dari Allah.⁵²

Berdasarkan penafsiran al-Marāgi dan Al-Qusyairi, penulis dapat menyimpulkan bahwa Allah SWT melarang umat-Nya berlarut dalam kesedihan masa lalu, karena hal tersebut dapat menghambat semangat untuk melangkah maju. Manusia dituntut untuk mempersiapkan diri, membangun tekad, serta bertawakkal kepada Allah guna meraih keberhasilan dan memulihkan kekalahan. Serta refleksi atas kekalahan dalam Perang Uhud dijadikan motivasi agar umat Islam tidak terjebak dalam kesedihan berkepanjangan. Dan agar setiap mukmin selalu menempatkan kepercayaan dan harapannya hanya kepada Allah, sehingga tidak mudah terpengaruh oleh ketakutan, kesedihan, atau tekanan dari musuh serta keadaan sulit. Dengan demikian, mereka akan tetap teguh, kuat dan optimis dalam menjalani kehidupan dan menghadapi tantangan.

4. Penafsiran QS. Al-Insyirah [94]: 5-6

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا

Artinya: “Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”⁵³

Al-Marāgi, dalam tafsirnya, menjelaskan bahwa ketika kita dihadapkan pada kesulitan dan cobaan, akan selalu terdapat jalan keluar. Dengan kesabaran dan tawakkal kepada Tuhan, seseorang masih dapat mencapai

⁵² Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyara Jilid 1*. h.173

⁵³ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.900-901

apa yang diinginkan meskipun dengan sarana yang terbatas. Dalam surah ini, diceritakan sikap Nabi Muhammad SAW ketika menyebarkan dakwah kepada kaumnya, serta menghadapi permusuhan dari mereka. Meskipun demikian, beliau tidak mengurangi semangatnya atau tergoyah hatinya untuk terus bersabar dalam melaksanakan dakwah, dengan mengandalkan kesabaran dan tawakkal kepada Tuhannya, serta berharap akan memperoleh pahala-Nya. Beliau rela mengorbankan segalanya demi membela agama Allah. Oleh karena itu, jika kita memiliki tekad yang kuat dan berupaya sungguh-sungguh untuk melepaskan diri dari kesulitan, serta menghadapi segala tantangan dengan penuh kesabaran, dan tidak menyia-nyiakan setiap kesempatan baik yang ada, niscaya kita akan meraih kemenangan dan keluar dengan selamat dari kesulitan ini.⁵⁴

Al-Qusyairī, dalam kitab tafsirnya dijelaskan bahwa, salah satu hadist “لَنْ يَغْلِبَ عُشْرٌ يُشْرِينَ” “Satu kesulitan tidak akan mampu mengalahkan dua kemudahan”. Hadist ini merujuk pada penggunaan kata al-‘usr (kesulitan) yang dalam ayatnya disebut dua kali dengan bentuk ma’rifah (menggunakan alif-lam), yang menunjukkan bahwa kesulitan tersebut merupakan satu hal yang sama. Sementara itu, kata al-yusr (kemudahan) disebut dua kali dalam bentuk nakirah (tanpa alif-lam). Yang menunjukkan bahwa kedua kemudahan itu adalah dua hal yang berbeda. Kesulitan yang dimaksud merujuk pada cobaan hidup di dunia, sedangkan dua kemudahan yang dijanjikan Allah mencakup: Satu, kemudahan di dunia berupa kemudahan dalam menghadapi ujian dan terbukanya jalan keluar dari kesulitan. Kedua, kemudahan di akhirat berupa pahala dan balasan yang baik dari Allah.

Dengan demikian, ketika seorang mukmin menghadapi satu jenis kesulitan yang sama, yaitu berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan: yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta ganjaran pahala di akhirat.⁵⁵

⁵⁴ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi*. Jilid XXX. h. 335-336

⁵⁵ Al-Qusyairi, *Tafsir Al-Qusyairi: Lathaif Al-Isyarat* Jilid 3. h.432

Berdasarkan penafsiran al-Marāgi dan Al-Qusyairī, penulis dapat menyimpulkan setiap kesulitan dapat diatasi dengan semangat, kecerdasan akal, dan ketakwaan kepada Allah SWT. Meski tantangan terus muncul, keberhasilan tetap dapat diraih. Perubahan kondisi hidup yang dialami Rasulullah Saw menjadi bukti Allah mampu mengganti kefakiran dengan kekayaan, kesepian dengan persahabatan, serta permusuhan dengan kasih sayang. “Satu kesulitan tidak akan mampu mengalahkan dua kemudahan” menunjukkan bahwa satu ujian hidup di dunia akan diiringi oleh dua kemudahan: kemudahan di dunia berupa jalan keluar dari kesulitan, dan kemudahan di akhirat berupa pahala dan balasan dari Allah.

BAB IV

ANALISIS TAFSIR AL-MARĀGI DAN TAFSIR LAṬ'ĀIF AL-ISYĀRĀT

A. Persamaan dan Perbedaan Penafsiran Ayat-ayat *Quarter Life Crisis*

Menurut Kitab Tafsir Al- Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt

Quarter Life Crisis dalam al-Qur'ān menggunakan istilah *khauf*, *huzn*, dan *'usr*. Adapun penafsiran ayat-ayat *quarter life crisis* menurut al-Marāgi dan Al-Qusyairī yang terdapat dalam QS. al-Baqarah [2]: 112 dan 155 yaitu al-Marāgi menekankan bahwa ujian adalah bagian tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Allah menguji umat-Nya dengan berbagai bentuk kesulitan, seperti rasa takut, kelaparan dan kekurangan. Beliau juga mengatakan bahwa penting memiliki kesabaran dalam menghadapi ujian, dan orang-orang yang sabar akan mendapatkan kabar gembira, yaitu pahala dari Allah. Sedangkan Al-Qusyairī, Allah akan menguji hamba-Nya melalui kenikmatan agar tampak siapa yang benar-benar bersyukur, dan melalui musibah agar terlihat siapa yang mampu bersabar

Kemudian penafsiran dalam QS. al-Imran [3]: 139 al-Marāgi lebih menekankan pada sikap positif, penerimaan terhadap ujian, dan keterkaitan antara iman dan kekuatan dalam menghadapi kesulitan. Beliau memberikan panduan untuk tetap optimis dan percaya pada potensi diri. Di sisi lain, Al-Qusyairī memberikan penekanan yang lebih dalam, yaitu jika kamu bersandar dan mengandalkan Allah, maka tidak sepatutnya kamu takut kepada selain Allah, dan tidak boleh kamu menjadi lemah atau putus asa. Dan terakhir penafsiran dalam QS. al-Insyirah [94]: 5-6, al-Marāgi lebih menekankan pada janji Allah tentang kemudahan yang datang setelah kesulitan, serta pentingnya kesabaran dalam menghadapi tantangan. Kemudian Al-Qusyairī menekankan bahwa ayat ini mengandung makna ketika seorang mukmin menghadapi satu jenis kesulitan yang sama, yaitu berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan: yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta ganjaran pahala di akhirat.

Setelah penulis menjelaskan dan menganalisis penafsiran ayat-ayat mengenai *quarter life crisis* menurut al-Marāgi dan Al-Qusyairī, pada bagian

ini penulis ingin menguraikan kesamaan dan perbedaan dalam aspek metodologi penafsiran yang telah dibahas. Dalam proses penafsiran, seorang mufasir tidak dapat dipisahkan dari kesamaan dan perbedaan latar belakang serta konteks sosial-historis tempat beliau berada. Salah satu kesamaan yang terlihat dari kedua kitab tafsir yang digunakan adalah metode yang diterapkan oleh masing-masing mufasir, yaitu metode Tahlili. Selain itu, dalam hal corak penafsiran, tafsir al-Marāgi menggunakan pendekatan al-Adabi Ijtima'i (sosial kemasyarakatan), sedangkan tafsir Lathāif al-Isyārāt menggunakan pendekatan isyari (sufistik). Mengenai sumber penafsiran, al-Marāgi memanfaatkan Bi al-Ra'yi, sedangkan Al-Qusyairī menggunakan sumber penafsiran yang menggabungkan metode Bi al-Ra'yi dan Bi al-Atsar, yaitu penafsiran al-Qur'an berdasarkan penalaran (akal) yang dipadukan dengan riwayat seperti al-Qur'an, hadist, perkataan sahabat dan tabi'in. Selain aspek metodologi dari kitab tafsir al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt, keduanya juga memiliki kesamaan dan perbedaan dalam konten penafsiran yang akan penulis sajikan dalam tabel di bawah ini:

Tabel Perbandingan Penafsiran Al-Marāgi dan Al-Qusyairī

No	Aspek Perbandingan		Al-Marāgi	Al-Qusyairī
1.	Aspek	Metode	Tahlili	Tahlili
	Metodologi	Corak	Adabi Ijtima'i	Isyari
		Sumber	Bi al-Ra'yi dan bi al-Ma'tsur. Namun lebih menonjol kepada Bi al-Ra'yi	Bi al-Ra'yi dan Bi al-Ma'tsur

2.	QS. Al-Baqarah [2]: 112	Makna Khauf	Bahwa orang-orang yang menyerahkan diri kepada Allah dan berbuat baik akan terbebas dari (khawatir) rasa takut dan kesedihan, tidak seperti mereka yang menyembah berhala dan berpaling dari petunjuk Allah.	Mereka yang mencapai tingkatan ini tidak akan diliputi (khawatir) rasa takut akan ditinggalkan oleh Allah (khauf al-hajr), tidak mudah tertipu oleh godaan dunia, serta tidak dikuasai kesedihan menghadapi masa depan
2.	QS. Al-Baqarah [2]: 155	Makna <i>khauf</i>	Allah akan menguji kalian dengan berbagai macam cobaan. Contohnya, perasaan ketakutan terhadap musuh dan adanya bencana yang wajar terjadi, seperti kelaparan dan kekurangan hasil pertanian.	Allah menguji hamba-Nya melalui kenikmatan agar tampak siapa yang benar-benar bersyukur, dan melalui musibah agar terlihat siapa yang mampu bersabar. Setelah Allah menentukan keadaan mereka di dunia sesuai dengan ilmu-Nya, menetapkan kadar

				ujian yang akan mereka hadapi, dan menciptakan sifat-sifat mereka sebagaimana yang dikehendaki-Nya
		Makna <i>Ju'</i>	Ketika datang rasa lapar yang melanda, hanya makan cukup dengan mengisap buah kurma dan menyimpannya kembali.	kelaparan: yang menyucikan tubuh dari ketergantungan terhadap kenikmatan duniawi
		Makna <i>wanaqsim al-amwal min al-anfus, dan min al-samarat</i>	Kekurangan harta bisa berarti kehilangan harta benda, baik karena bencana, kerugian atau lainnya. Kekurangan jiwa, bisa berarti kehilangan orang-orang terkasih, baik karena kematian atau perpisahan. Kemudian ujian	Dia menguji mereka dengan berbagai bentuk cobaan, antara lain: Pertama, rasa takut: yang berfungsi untuk membersihkan hati dari kesombongan dan memperkuat keimanan. Kedua, kelaparan: yang menyucikan tubuh dari ketergantungan terhadap

			dalam bentuk kekurangan hasil pertanian.	kenikmatan duniawi. Ketiga, Kekurangan harta: yang membersihkan jiwa dari cinta dunia dan melatih kedermawanan. Keempat, musibah terhadap jiwa (kehilangan nyawa): yang akan melipatgandakan pahala mereka di sisi Allah. Kelima, kerusakan hasil panen: yang Allah gantikan dengan balasan yang lebih besar.
3.	QS. Ali-Imran [3]: 139	Makna <i>tahinu'</i>	Janganlah kamu lemah ketika berperang melawan orang-orang kafir.	jika kamu bersandar dan mengandalkan Allah, maka tidak sepatutnya kamu takut kepada selain Allah, dan tidak boleh kamu menjadi lemah atau putus asa

		Makna <i>huzn</i>	Kesedihan dan kepedihan yang dirasakan kaum Muslimin dalam peristiwa perang Uhud.	Jangan sedih, karena Allah akan memberikan pertolongana. Sedangkan selain Allah, mereka tidak memiliki kekuatan sedikit pun dan tidak pula bisa memberikan manfaat.
4.	QS. Al-Insyirah [94]: 5-6	Makna ' <i>usr</i>	Kesulitan yang dimaksud adalah tantangan yang dihadapi manusia.	ketika seorang mukmin menghadapi satu jenis kesulitam yang sama, yaitu berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan: yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta ganjaran pahala di akhirat

Dapat disimpulkan pandangan al-Marāgi dan Al-Qusyairī terkait masalah *quarter life crisis* dalam QS. al-Baqarah [2]: 112, QS. al-Baqarah [2]: 155, QS.

ali-Imran [3]: 139, serta QS. al-Insyirah [94]: 5-6 yaitu krisis yang dimaksud di sini adalah munculnya rasa takut terhadap berbagai cobaan yang mungkin terjadi. Sebagai contoh, ini termasuk ketakutan terhadap musuh serta bencana alam yang seringkali tak terhindarkan, seperti kelaparan dan kekurangan hasil pertanian. Allah mengatakan bahwa setiap orang akan diuji dengan berbagai tantangan, seperti ketakutan, lapar, dan kekurangan. al-Marāgi dan Al-Qusyairī mengatakan bahwa ketidakpastian tentang masa depan, pilihan karier, dan identitas diri sering dikaitkan dengan krisis yang dialami banyak orang, termasuk dalam fase *quarter life crisis*. Mereka dapat mengalami tekanan sosial, gagal mencapai tujuan, atau bingung tentang jalan hidup. Namun, perlu diingat bahwa orang-orang yang beriman tidak seharusnya merasa lemah atau putus asa meskipun menghadapi kesulitan.

Namun, cara al-Marāgi dan Al-Qusyairī menangani masalah *quarter life crisis* disebutkan dalam QS. al-Baqarah [2]: 155. Baik al-Marāgi maupun Al-Qusyairī menekankan pentingnya mengembangkan iman, bersabar, dan menerima ujian. Mereka mendorong orang untuk melihat kesulitan sebagai bagian dari perjalanan hidup yang dapat menghasilkan pelajaran penting dan kesempatan untuk berkembang. Dalam surah ali-Imran [3]: 139, al-Marāgi mengatakan bahwa Allah melarang kita untuk merasa terpuruk oleh masa lalu karena itu hanya akan menghalangi semangat kita untuk maju. Kita diminta untuk mempersiapkan diri dengan baik, menyediakan semua yang diperlukan, dan memiliki semangat dan tekad yang kuat. Selain itu, sangat penting untuk tetap teguh dan tawakkal kepada Allah jika kita ingin menang, mencapai apa yang kita inginkan, atau memulihkan apa yang telah kita alami. Berbeda dengan pandangan Al-Qusyairī, beliau berpendapat jika kamu bersandar dan mengandalkan Allah, maka tidak sepatutnya kamu takut kepada selain Allah, dan tidak boleh kamu menjadi lemah atau putus asa. Karena pertolongan itu datang dari Allah, dan yang menang adalah Allah. Sedangkan dalam QS. al-Insyirah [94]: 5-6 menurut al-Marāgi tidak ada kesulitan yang tak dapat diatasi. Jika jiwa manusia dipenuhi semangat untuk menghadapi tantangan, serta mereka berusaha mencari solusi dengan akal yang cerdas dan bertawakkal

sepenuhnya kepada Allah SWT, maka pasti akan mampu melewati berbagai kesulitan dan meraih keselamatan. Adapun menurut Al-Qusyairī bahwa ketika seorang mukmin menghadapi satu jenis kesulitan yang sama, yaitu berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan: yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta ganjaran pahala di akhirat.

Dalam penjelasan di atas, kedua tafsir tersebut tidak menunjukkan perbedaan yang signifikan dalam hal kandungan ayat yang membahas masalah *quarter life crisis*. Adapun perbedaan di antara keduanya dapat terlihat dalam QS. al-Imran [3]: 139 yang membahas tentang sikap lemah dan sedih. Penulis berpendapat bahwa sikap lemah dan sedih yang dinyatakan oleh al-Marāḡi dalam ayat tersebut lebih menekankan pada aspek sosial. Beliau menjelaskan bahwa ayat ini merupakan dorongan bagi kaum Muslimin untuk tidak terpuruk dalam kesedihan dan keputusan setelah mengalami kekalahan dalam perang Uhud. Diingatkan bahwa iman yang kuat akan memberikan kekuatan dan keyakinan, sehingga kaum Muslimin tidak boleh merasa rendah di hadapan musuh-musuh mereka. Sedangkan Al-Qusyairī, dalam kitab tafsirnya, lebih menekankan pada aspek spiritual dan simbolik dari ayat. Di dalamnya mengupas makna-makna tersembunyi (isyarat) dan hikmah yang terkandung dalam ayat, termasuk pesan moral dan psikologis yang dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari, dan lebih menyoroti hubungan batin antara manusia dan Allah. Selain itu, terdapat persamaan yang jelas antara QS. al-Baqarah [2]: 155 dan QS. al-Insyirah [94]: 5-6 dalam pendekatannya terhadap *quarter life crisis*, yaitu keduanya menekankan motivasi untuk tidak bersedih dan yakin bahwa sesudah kesulitan pasti ada kemudahan. Namun, perbedaan dan persamaan tersebut tidak menyebabkan kedua tafsir ini bertentangan; sebaliknya, keduanya saling melengkapi satu sama lain.

B. Relevansi Penafsiran Ayat-ayat *Quarter Life Crisis* Menurut Kitab Tafsir Al- Marāḡi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt

Masalah yang dikenal sebagai *quarter life crisis* sebenarnya telah ada sejak tahun 2001, ketika ide ini dipelopori oleh Alexandra Robbins dan Abby Wilner. *Quarter life crisis* merujuk pada tahap di mana individu yang berusia sekitar

dua puluhan tahun mengalami perasaan cemas dan khawatir terkait berbagai aspek kehidupan, termasuk pendidikan, karir, serta hubungan asmara. Selain itu, fenomena *quarter life crisis* juga dijelaskan dalam al-Qur'ān dengan menggunakan berbagai istilah, seperti khauf, huzn, dan 'usr. Relevansi dari konsep ini adalah sebagai berikut:

1. QS. Al-Baqarah [2]; 112

Quarter life crisis yang dimaksud dalam ayat ini adalah seseorang yang mengalami kekhawatiran atau kebingungan. Dan menegaskan pentingnya keyakinan, kesabaran dan ketulusan dalam beribadah kepada Allah sebagai solusi utama menghadapi kecemasan dan kebimbangan hidup. Dalam konteks *quarter life crisis* fase kebingungan (khawatir), kecemasan, dan pencarian makna hidup, ajaran ini menegaskan pentingnya sikap tawadhu (rendah hati) dan ketundukan kepada Allah sebagai jalan keluar dari kegelisahan dan rasa khawatir.

Melalui tafsir al-Maragi yang menonjolkan rasionalitas dan aspek sosial serta tafsir Lathāif al-Isyārāt yang menggali makna spiritual (sufistik), memberikan panduan menyeluruh bagi individu yang mengalami *quarter life crisis* (QLC). Pertama, ayat ini menegaskan pentingnya tauhid dan penyerahan diri sepenuhnya kepada Allah sebagai landasan utama untuk menghadapi kecemasan dan ketidakpastian hidup. Kedua, dengan berbuat ihsan yakni kebaikan yang dilandasi keikhlasan seseorang diarahkan pada tujuan hidup yang lebih bermakna, melampaui sekadar pencapaian duniawi. Ketiga, janji Allah berupa hilangnya rasa takut dan sedih menjadi sumber ketenangan batin (sakīnah) yang sangat dibutuhkan di tengah gejala *quarter life crisis*. Terakhir, ayat ini mengajak untuk mengubah arah pandang untuk tidak mengejar dunia, tetapi mengejar akhirat untuk mendapatkan ridha Allah dan kualitas amal. Dengan demikian, al-Qur'an tidak hanya relevan, tetapi juga memberikan solusi yang penting dan abadi dalam menghadapi dinamika kehidupan usia dewasa awal.

Keterkaitan Teori *Emerging Adulthood* dengan Surat al-Baqarah ayat 112, memiliki relevansi kuat dengan fase *emerging adulthood*, yang ditandai

oleh pencarian identitas, ketidakstabilan, dan fokus pada diri sendiri. Pertama, ayat ini menawarkan arah hidup yang jelas menyerahkan diri kepada Allah dan berbuat kebaikan sebagai landasan spiritual di tengah pencarian makna hidup. Kedua, di tengah ketidakstabilan kehidupan dewasa awal, janji Allah tentang hilangnya rasa takut dan sedih memberi ketenangan batin yang mendalam. Ketiga, ayat ini mengajak untuk melampaui orientasi diri menuju pengabdian kepada Allah, yang justru memperkaya perkembangan diri secara spiritual dan memberikan makna hidup yang lebih dalam. Dengan demikian ayat ini sangat relevan dengan fenomena quarter life crisis, bahwa ketenangan sejati dan keberhasilan jangka panjang tidak hanya ditemukan dalam pencapaian duniawi, tetapi juga terdapat penyerahan diri yang tulus kepada Allah dan komitmen untuk melakukan kebaikan.

2. QS. Al-Baqarah ayat [2]: 155

Krisis yang dimaksud dalam ayat ini mencakup perasaan takut, sedikitnya rasa lapar, serta kekurangan harta, jiwa, dan hasil buah-buahan. Ayat ini menegaskan bahwa ujian merupakan bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan manusia. Dalam konteks zaman modern, kita sering dihadapkan pada berbagai tantangan, seperti krisis kesehatan, saat pandemi COVID-19 melanda, krisis ekonomi, konflik sosial, dan bencana alam.¹ Ujian-ujian ini bisa berupa ketakutan, kelaparan, atau kehilangan, yang dapat dialami baik oleh individu maupun masyarakat secara keseluruhan. Semua ujian yang kita hadapi tidak hanya bersifat pribadi, tetapi juga kolektif.² Dalam konteks masyarakat, ujian seperti krisis ekonomi atau bencana alam memerlukan kerjasama dan saling membantu di antara kita. Ajaran ini mengajak kita untuk membangun komunitas yang mendukung

¹ Pratama M Andrian Putra et al., “Pasca Pandemi Covid-19 dan Pembelajaran yang Didapat Sebagai Antisipasi Ancaman Keamanan Nasional Dimasa Depan,” *Jurnal Kewarganegaraan* 7, no. 1 (2023): 692–701. h.693

² Alwi Jamalulel Ubab, “Tafsir Surah Al-Baqarah Ayat 155-157: 4 Makna Kalimat ‘Inna Lillahi wa inna ilaihi roji’un’ Menurut Para Ahli Tafsir,” *Nu Online*, 2022. Di akses pada tanggal 11 April 2025, dari <https://nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-155-157-4-makna-kalimat-inna-lillahi-wa-inna-ilaihi-raji-un-menurut-para-ahli-tafsir-anxHR>

satu sama lain, berbagi sumber daya, dan memberikan bantuan kepada mereka yang membutuhkan.

Ujian yang disebutkan dalam ayat ini mencakup ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan juga buah-buahan. Rasa takut adalah sesuatu yang wajar dialami oleh setiap manusia. Namun, sebagian besar orang seringkali lebih mengutamakan ketakutan terhadap hal-hal yang bersifat duniawi, padahal ketakutan tersebut hanya bersifat sementara. Contohnya, ketakutan akan kehilangan harta, jabatan, atau kehidupan di masa depan. Sementara itu, ada aspek yang jauh lebih penting, yaitu ketakutan terhadap hal-hal yang lebih besar dan kekal, seperti rasa takut akan siksa kubur, azab, serta penderitaan di hari kiamat.

Selanjutnya, ayat ini juga menyinggung permasalahan kelaparan dan kekurangan harta, yang mencerminkan tantangan ekonomi, seperti kemiskinan atau krisis finansial. Pesan yang terkandung dalam ayat ini sangat relevan, mengajak umat untuk tidak hanya memfokuskan perhatian pada aspek material, tetapi juga untuk memperkuat hubungan spiritual dengan Allah sebagai sumber ketenangan. Ujian yang disebutkan dalam ayat ini tidak hanya meliputi aspek fisik, melainkan juga mencakup aspek mental dan emosional. Tantangan psikologis seperti kecemasan dan depresi juga merupakan ujian yang perlu dihadapi.³

Ayat ini juga membawa kabar baik bagi mereka yang bersabar. Ia mengingatkan bahwa di balik setiap ujian, terdapat harapan serta janji Allah untuk memberikan pertolongan. Dalam menghadapi situasi yang sulit, sangat penting untuk tetap optimis dan percaya bahwa Allah akan menunjukkan jalan keluar. Berdasarkan penjelasan di atas, penulis menyimpulkan bahwa ajaran al-Qur'ān pada surah al-Baqarah sangat relevan dengan kondisi sekarang, karena menyadarkan bahwa ujian adalah keniscayaan hidup dan setiap manusia pasti diuji, baik secara fisik, mental,

³ Feri Julhamdani et al., "Peran Teknologi dan Media Sosial dalam Membentuk Dinamika Kesehatan Mental Berdasarkan Perspektif Islam," *Journal on Education* 06, no. 02 (2024): 11448–11463. h. 11452

maupun materi. Ini membantu individu memahami bahwa perasaan cemas, takut, atau kehilangan yang mereka alami adalah bagian dari dinamika kehidupan yang wajar, bukan tanda kegagalan pribadi. Kemudian bisa membangun mental yang tangguh, dengan memahami bahwa ujian adalah sarana untuk memperkuat mental, ayat ini mendorong anak muda untuk membangun daya tahan dan keteguhan iman, sehingga tidak mudah menyerah atau putus asa saat menghadapi tekanan hidup.

Penulis menyimpulkan, berdasarkan perspektif teori *emerging adulthood* Arnett, masa transisi menuju kedewasaan diwarnai oleh berbagai tantangan psikososial. Dalam hal ini, al-Qur'ān memberikan dimensi spiritual yang melengkapi teori tersebut melalui nilai-nilai seperti kesabaran, ketabahan, dan keyakinan akan hikmah di balik setiap ujian, sebagaimana tercermin dalam Surah al-Baqarah ayat 155. Ayat tersebut relevan dengan fenomena *quarter life crisis*, yang dapat dipahami sebagai ujian perkembangan diri. Nilai-nilai spiritual ini membantu individu membangun ketahanan emosional dan makna hidup, serta menumbuhkan optimisme bahwa setiap kesulitan akan mendatangkan kebaikan. Penafsiran dari al-Marāgi dan Al-Qusyairī memperkuat pemahaman ini dengan menekankan pentingnya sikap positif, solidaritas sosial, dan ketangguhan dalam menghadapi tekanan kehidupan modern, baik dari aspek psikologis, sosial, maupun ekonomi.

3. QS. Ali-Imran [3]: 139

Quarter life crisis, sebagaimana diungkapkan dalam QS. ali-Imran [3]: 139 mengajarkan kepada umat Islam agar tidak menunjukkan kelemahan dan kesedihan terhadap berbagai kesulitan yang dihadapi. Sebaliknya, umat Islam diharapkan untuk tetap optimis dan berupaya untuk bangkit. Ayat tersebut menekankan pentingnya untuk tidak merasa lemah atau berduka, terutama dalam menghadapi musuh ataupun tantangan yang sulit. Musuh dalam konteks kekinian merujuk pada berbagai tantangan yang ada di sekitar kita, yang secara aktif berusaha menghalangi seseorang untuk tumbuh dan berkembang. Musuh-musuh ini dapat berupa kebodohan, kemiskinan, dan keterbelakangan, serta berbagai hal lainnya yang

menghambat upaya untuk meningkatkan kualitas diri. Semua ini merupakan rintangan yang menghalangi niat baik kita untuk menyebarkan kebaikan dan memberikan manfaat kepada sesama.⁴

Ayat ini mengingatkan bahwa umat Islam memiliki potensi yang tinggi apabila mereka benar-benar beriman. Dalam konteks dunia yang kompetitif saat ini, banyak individu yang mengalami krisis kepercayaan diri akibat tekanan sosial atau perbandingan dengan orang lain.⁵ Penafsiran ayat ini mengajarkan pentingnya percaya pada kemampuan diri sendiri dan meyakini bahwa Allah telah memberikan kelebihan kepada setiap individu.

Keimanan yang kuat merupakan kunci untuk meraih derajat tertinggi di sisi Allah, dan dalam konteks kehidupan modern, hal ini menjadi pengingat bagi individu untuk tidak hanya fokus pada pencapaian duniawi, tetapi juga memperkuat aspek spiritual. QS. ali-Imran [3]:139, sebagaimana ditafsirkan oleh al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt, menekankan pentingnya keteguhan hati dan semangat pantang menyerah dalam menghadapi kesulitan, termasuk *quarter life crisis* yang umum dialami generasi muda. Ayat ini memberikan motivasi untuk tetap optimis, meningkatkan keyakinan diri (*self-efficacy*), serta menjadikan al-Qur'ān sebagai pedoman dalam menghadapi ketidakpastian hidup.⁶ Dengan menginternalisasi nilai-nilai tersebut, individu diharapkan mampu menghadapi tantangan kehidupan secara lebih tangguh dan bermakna.

QS. ali-Imran ayat 139 menyampaikan pesan yang kuat dalam menghadapi *quarter life crisis* serta berbagai tantangan kontemporer melalui ajaran untuk tetap menjaga optimisme, kepercayaan diri, dan keteguhan iman. Penulis menyimpulkan bahwa ajaran dalam ayat tersebut memiliki relevansi yang kuat dalam menghadapi *quarter life crisis* yang

⁴ Masfi Sya'fiatul Ummah, "Relevansi Pemikiran Tafsir Jihad M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah," *Jurnal Studi Keislaman* 11, no. 1 (2019): 1–29. h. 553

⁵ Safira Awny Fuad, "Pengaruh Social Comparison Terhadap Quarter-Life Crisis Pada Emerging Adulthood Pengguna Instagram" Skripsi (Universitas Sumatera Utara Medan, 2023), <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129> h. 9

⁶ Aya Mamlu'ah, "Konsep Percaya Diri Dalam Al-Qur'ān Surat Al-Imran Ayat 139," *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman* 01, no. 01 (2019): 30–39. h. 32

sering dialami pada masa *emerging adulthood*, ketika individu dihadapkan pada ketidakpastian dan tekanan yang signifikan. Nilai-nilai keimanan dan keteguhan hati yang terkandung di dalamnya dapat menjadi landasan spiritual yang penting untuk membantu individu bangkit dan menemukan arah hidup yang bermakna, sejalan dengan dinamika serta tantangan psikososial pada tahap perkembangan tersebut. Penafsiran yang dikemukakan oleh al-Marāgi dan Lathāif al-Isyārāt menegaskan bahwa iman merupakan sumber utama kekuatan untuk menghindari kelemahan dan kesedihan, sehingga ayat ini memiliki relevansi sebagai pedoman spiritual dan psikologis dalam kehidupan modern.

4. QS. Al-Insyirah [94]: 5-6

Krisis yang diuraikan dalam QS. al-Insyirah [94]: 5-6 mencerminkan berbagai bentuk tantangan hidup yang sulit. Dalam menjalani kehidupan, manusia pasti akan dihadapkan pada berbagai masalah. Beberapa di antaranya mungkin mudah untuk diatasi, namun ada pula masalah yang cukup rumit. Masalah-masalah yang sulit ini seringkali menjadi penyebab munculnya putus asa, membuat seseorang mudah menyerah, dan enggan untuk menyelesaikannya.⁷ Namun, Allah telah menjanjikan dalam al-Qur’ān bahwa setiap kesulitan yang dihadapi akan diiringi dengan kemudahan dan setiap ujian pasti memiliki solusi yang disediakan oleh-Nya. Dengan menyadari bahwa kesulitan itu bersifat sementara dan akan diikuti oleh kemudahan, individu dapat mengurangi rasa cemas serta menumbuhkan harapan dan ketenangan batin.⁸ Al-Marāgi dan Al-Qusyairī, dalam kitab tafsirnya, menjelaskan bahwa jika seseorang memiliki tekad yang kuat dan berupaya secara sungguh-sungguh untuk melepaskan diri dari kesulitan, serta menghadapi segala tantangan dengan penuh kesabaran, dan tidak menyia-nyiakan setiap kesempatan baik yang ada, maka niscaya

⁷ Adriansyah Permana, Alvin Raviksyah Putra, dan Muhammad Bagus Prasetyo, “Sifat Mudah Putus Asa pada Mahasiswa Salah Tujuan,” *Jurnal Psikologi Islam* 8, no. 1 (2021): 29–34, <https://doi.org/10.47399/jpi.v8i1.116>. h. 30

⁸ Zuhriyandi, “Aspek Psikologis pada Ayat-ayat Mengenai Kesabaran dalam Al-Qur’ān,” *Jurnal Ruhul Islam* 2, no. 1 (2024): 17–37, <https://doi.org/10.33476/jri.v2i1.167>. h. 28-29

mereka tersebut akan meraih kemenangan dan keluar dengan selamat dari kesulitan yang dihadapi. Penjelasan ini merupakan pengingat yang sangat relevan bagi mereka semua. Oleh karena itu, ketika beban pekerjaan terasa berat, Allah SWT akan meringankan segala beban yang ada dan memperluas dada mereka. Dan tidak akan terlepas dari kesulitan, karena kemudahan senantiasa datang bersamaan dengan kesulitan, sehingga kita dapat menghilangkan beban dan rasa berat yang dirasakan.⁹

Penulis menyimpulkan bahwa nilai-nilai yang terkandung dalam Surat al-Insyirah ayat 5–6 memiliki relevansi yang tinggi serta aplikatif dalam menghadapi dinamika kehidupan kontemporer, khususnya bagi generasi muda yang mengalami *quarter life crisis*. Ayat tersebut menekankan bahwa setiap kesulitan merupakan bagian dari proses kehidupan yang pada akhirnya akan diiringi dengan kemudahan. Melalui penguatan sikap sabar, tawakal, serta pandangan positif terhadap situasi yang dihadapi, generasi muda diharapkan mampu melewati fase krisis ini dengan penuh harapan dan kekuatan spiritual, sehingga dapat melangkah lebih optimis menuju masa depan yang lebih baik.

Menurut penulis teori *emerging adulthood* yang dikemukakan oleh Jeffrey Arnett, yang menyoroti aspek ketidakpastian dan eksplorasi identitas pada usia transisi menuju dewasa, dapat dilengkapi dengan nilai-nilai spiritual yang terkandung dalam al-Qur’ān, khususnya pada Surah al-Insyirah ayat 5–6. Ayat tersebut menawarkan pesan ketenangan dan harapan bahwa di balik kesulitan terdapat kemudahan, yang secara psikologis mampu memberikan kekuatan batin dan optimisme bagi individu dalam menghadapi tekanan selama masa *emerging adulthood*. Dengan demikian, ajaran al-Qur’ān tersebut dapat dipandang sebagai solusi spiritual yang relevan dan selaras dengan pemahaman psikososial dalam membantu mengatasi *quarter life crisis*.

⁹ Quthb, *Tafsir Fī Zilālil Al-Qur’ān: Di Bawah Naungan Al-Qur’ān*. h. 296

Dengan demikian, bahwa ayat-ayat yang berkaitan dengan krisis seperempat abad (*quarter life crisis*) ini tetap sangat relevan di era kontemporer saat ini, dan kemungkinan besar akan terus relevan di masa depan. Oleh karena itu, penting bagi masyarakat untuk memahami dan menggali lebih dalam terkait masalah ini melalui ajaran al-Qur'ān. Sebab, bukan hanya aspek duniawi yang dapat memberikan solusi atas masalah ini, tetapi agama juga memiliki peran yang sangat signifikan.

QS. al-Insyirah ayat 5–6 memiliki relevansi yang tinggi dalam membantu mengatasi tekanan dan kebingungan yang dialami dalam fenomena *quarter life crisis* maupun dalam menghadapi tantangan kontemporer lainnya. Pesan bahwa 'setiap kesulitan pasti diikuti dengan kemudahan' memberikan harapan serta dorongan untuk tetap bersabar dan terus berusaha. Penafsiran yang diberikan oleh al-Marāgi dan Al-Qusyairī memperkaya pemahaman terhadap ayat ini melalui pendekatan rasional, kontekstual, serta psikologis dan spiritual, sehingga nilai-nilai yang terkandung dalam al-Qur'ān dapat diimplementasikan secara nyata dalam kehidupan modern, khususnya bagi generasi muda yang sedang menghadapi berbagai kerumitan hidup.

C. Strategi Implementasi Konsep Al-Qur'ān Dalam Mengatasi

Quarter Life Crisis

Quarter life crisis merupakan periode penuh ketidakpastian, keraguan, dan kecemasan yang sering dialami oleh kaum muda dewasa, terutama di rentang usia 20 hingga awal 30. Periode ini sering kali dipicu oleh tekanan untuk membuat keputusan penting mengenai karier, hubungan, dan tujuan hidup.

Al-Qur'ān menawarkan panduan menyeluruh untuk mengatasi berbagai tantangan hidup, termasuk krisis seperempat usia. Berikut adalah beberapa cara untuk mengimplementasikan ajaran al-Qur'ān yang dapat membantu dalam menghadapi situasi ini:

1. Strategi Kesabaran dan Beramal Saleh (QS. Al-Baqarah: 112 dan 155)

Kesabaran merupakan elemen kunci dalam menghadapi ujian hidup, sebagaimana dijelaskan oleh al-Marāgi, yang menegaskan bahwa ujian

bertujuan untuk menguji dan memperkuat keimanan.¹⁰ Dalam konteks *quarter life crisis*, yang ditandai oleh kebingungan, kecemasan, dan ketidakpastian, kesabaran dipandang sebagai bagian dari proses pembentukan karakter dan kedewasaan spiritual.¹¹ Menurut penulis, al-Marāgi juga menekankan pentingnya ikhtiar dalam mencari solusi serta tawakal dalam menerima hasilnya, sejalan dengan prinsip al-Qur’ān bahwa perubahan dimulai dari diri sendiri. Ujian harus dihadapi dengan pemahaman kontekstual, menggabungkan pemanfaatan akal dan ilmu pengetahuan dengan landasan iman. Sementara itu, Al-Qusyairī menyoroti pentingnya pengelolaan emosi dan keteguhan hati dalam menghadapi tekanan. Bagi Al-Qusyairī, ujian hidup adalah sarana mendekatkan diri kepada Allah, sehingga menghadapi *quarter life crisis* dengan sabar dan tawakkal merupakan implementasi ajaran al-Qur’ān yang efektif. Dengan beramal kebajikan dan istiqomah dalam kebaikan, seseorang membangun ketenangan jiwa dan pahala dari Allah.

Dalam implementasinya, individu yang menghadapi *quarter life crisis* dianjurkan untuk berikhtiar dengan mencari pekerjaan, mengembangkan keterampilan, dan membangun jejaring sosial sebagai usaha nyata mengatasi ketidakpastian masa depan. Tawakal dan doa menjadi langkah penting untuk menyerahkan hasilnya kepada Allah agar tidak terjebak dalam kecemasan berlebihan.¹² Selain itu, mengelola emosi dengan pendekatan spiritual dan *mindfulness Qur’ani*, serta aktif membangun solidaritas sosial melalui komunitas, menjadi upaya penting untuk mengurangi rasa kesepian dan tekanan sosial. Terakhir, menerima ujian sebagai bagian dari takdir Allah dan meyakini bahwa setiap kesulitan pasti

¹⁰ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*. h. 38

¹¹ Machfud Bachtiyar dan Ali Mudlofir, “Konsep Kecerdasan Spiritual Dalam Al-Qur’ān dan Relevansinya Dalam Pendidikan Islam,” *Jurnal Mahasiswa TARBAWI: Journal on Islamic Education* 8, no. 1 (2024): 74–88. h. 83

¹² Sujarwo Muhamad Akip, Muhammad Yunus, “Keterkaitan Antara Pendidikan Agama Islam Dengan Pemahaman Konsep Kesehatan Mental Siswa,” *Edification Journal: Pendidikan Agama Islam* 4, no. 1 (2016): 256–64, <https://doi.org/https://doi.org/10.37092/ej.v7i2.997>. h. 260

diikuti dengan kemudahan, akan membantu individu untuk menerima proses hidup dengan sabar dan lapang dada.¹³

Penulis menyimpulkan, nilai-nilai kesabaran dan keteguhan yang diajarkan dalam al-Qur'ān memberikan fondasi spiritual dan psikologis yang kuat bagi individu dalam menghadapi ketidakpastian dan tekanan yang khas pada masa *emerging adulthood*. Strategi kesabaran berperan penting dalam menjaga stabilitas emosional dan mental, sehingga proses eksplorasi identitas dapat berlangsung secara lebih sehat dan bermakna. Penerapan nilai-nilai seperti tawakal serta keyakinan akan datangnya kemudahan setelah kesulitan, sebagaimana tercermin dalam Surah al-Baqarah ayat 155, turut membantu mereduksi kecemasan dan rasa takut yang kerap muncul dalam fase *quarter life crisis*. Dengan demikian, ajaran al-Qur'ān tersebut menjadi strategi yang selaras dengan kebutuhan psikososial pada tahap *emerging adulthood*, serta mendukung perkembangan individu secara optimal.

2. Strategi Optimisme dan Dukungan Sosial (QS. Ali-Imran: 139)

Ajaran al-Qur'ān dalam ayat yang berbunyi:

وَلَا تَهِنُوا وَلَا تَحْزَنُوا وَأَنْتُمْ الْأَعْلَوْنَ إِنْ كُنْتُمْ مُؤْمِنِينَ

Artinya: “Janganlah kamu (merasa) lemah dan jangan (pula) bersedih hati, padahal kamu paling tinggi (derajatnya) jika kamu orang-orang mukmin.”¹⁴

Mengandung pesan untuk tidak terpuruk dalam kesedihan, meskipun menghadapi kesulitan, karena iman memberikan kekuatan batin. Al-Marāgi menafsirkan ayat ini sebagai ajakan untuk menjaga semangat dan optimisme dalam menghadapi kesulitan, dengan menekankan bahwa keimanan memberikan kedudukan mulia dan kekuatan batin bagi orang beriman.¹⁵

¹³ Mustapa Dinul Kholik, Zulkarnaen Guchi, “Esensi Kehidupan Perspektif Tafsir Ibn Kathir,” *Qur'anic Interpretation Journal* 01, no. 02 (2024): 128–146. h. 140

¹⁴ Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur'ān, *Al-Qur'ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.90

¹⁵ Al-Maraghi, *Tafsir Al-Maraghi Jilid 1*. h. 39

Dalam konteks *quarter life crisis*, hal ini dapat diimplementasikan melalui penguatan iman sebagai sumber daya internal, menumbuhkan sikap optimis, serta melakukan refleksi diri agar tidak terjebak dalam kesedihan berlebihan. Menurut penulis, strategi implementasinya dengan mencakup pembangunan ketahanan mental dan sosial melalui penguatan nilai-nilai keimanan, dukungan komunitas, serta integrasi antara spiritualitas dan tindakan nyata seperti ikhtiar, tawakal, dan pengembangan diri. Ajaran ini relevan dalam membantu individu tetap tangguh menghadapi ketidakpastian dan kecemasan masa depan.

Penulis menyimpulkan bahwa, optimisme yang diajarkan dalam al-Qur'ān memberikan kerangka spiritual yang mendukung individu pada masa *emerging adulthood* untuk tetap percaya diri dan tegar dalam menghadapi ketidakpastian hidup. Sikap ini tidak hanya mampu mereduksi kecemasan, tetapi juga meningkatkan kemampuan terhadap tekanan psikologis. Selain itu, nilai dukungan sosial yang tersirat dalam Surah al-Imran ayat 139, sebagaimana dijelaskan dalam tafsir al-Marāgi dan Al-Qusyairi, sangat relevan dengan kebutuhan psikososial individu pada fase perkembangan ini. Kehadiran keluarga, teman, dan komunitas yang suportif menjadi faktor penting dalam memperkuat identitas diri dan rasa aman secara emosional, yang berperan signifikan dalam mengatasi *quarter life crisis*.¹⁶ Dengan demikian, implementasi ajaran al-Qur'ān melalui penguatan optimisme dan dukungan sosial memberikan landasan spiritual dan emosional yang kokoh, sejalan dengan karakteristik masa *emerging adulthood* yang penuh dinamika pencarian jati diri dan arah hidup.

3. Strategi Keyakinan Akan Adanya Kemudahan Setelah Kesulitan (QS. Al-Insyirah: 5-6)

Ajaran al-Qur'ān dalam ayat yang berbunyi:

¹⁶ Zahwa Khafidza dan Fara Dwi Andjarsari, "Pengaruh Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa," *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial dan Humaniora* 7, no. 3 (2023): 117–125, <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i3.3365>. h. 119

فَإِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ إِنَّ مَعَ الْعُسْرِ يُسْرًا ۚ

Artinya: “Maka, sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan. Sesungguhnya beserta kesulitan ada kemudahan.”¹⁷

Surah al-Insyirah ayat 5–6 mengandung pesan bahwa setiap kesulitan akan diikuti oleh kemudahan, sehingga perlu dihadapi dengan harapan dan kesabaran. Penulis menyimpulkan, al-Marāgi dalam ayat ini menekankan pentingnya pendekatan rasional dan kontekstual, di mana ujian hidup merupakan bagian dari proses pembentukan karakter yang harus disikapi dengan optimisme dan ikhtiar. Dalam konteks *quarter life crisis*, hal ini mengarahkan individu untuk tetap berusaha mencari solusi atas kebingungan hidup, sembari meyakini bahwa kesulitan akan berlalu. Sementara itu, Al-Qusyairī lebih menekankan aspek spiritual (sufistik), bahwa kemudahan yang dijanjikan Allah tidak selalu berbentuk perubahan eksternal, melainkan juga ketenangan batin dan kekuatan spiritual. Implementasi ajaran ini dalam menghadapi *quarter life crisis* mencakup: aktif berikhtiar melalui pendidikan dan pengembangan diri, bersabar serta bertawakal setelah berusaha, memperkuat spiritualitas melalui ibadah dan refleksi diri, serta memaknai masa krisis sebagai fase pembelajaran dan proses pendewasaan diri.

Keyakinan terhadap adanya kemudahan setelah kesulitan sebagaimana dijelaskan dalam Surah al-Insyirah ayat 5–6 memberikan kerangka spiritual yang berperan penting dalam menenangkan ketidakstabilan emosional individu pada masa *emerging adulthood*. Dengan memahami bahwa kesulitan merupakan bagian dari proses menuju kemudahan, individu dapat mengembangkan sikap optimis dan sabar dalam menghadapi ketidakpastian dan tekanan khas masa transisi ini. Pendekatan spiritual ini berfungsi sebagai pelengkap aspek psikologis dalam teori *emerging adulthood*, dengan menawarkan makna dan tujuan hidup yang lebih tinggi, sehingga

¹⁷Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir Al-Qur’ān, *Al-Qur’ān dan Terjemahannya*, Departemen Agama 2019, h.900-901

dapat mencegah berkembangnya *quarter life crisis* menjadi kondisi psikologis yang lebih serius seperti depresi. Tafsir al-Marāgi dan Al-Qusyairī menegaskan bahwa ketika seorang mukmin menghadapi satu jenis kesulitan yang sama, yaitu berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan: yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta ganjaran pahala di akhirat.

BAB V

PENUTUP

A. Simpulan

Berdasarkan dari hasil penelitian di atas, maka penulis menyimpulkan sebagai berikut:

1. Penafsiran ayat-ayat *Quarter Life Crisis* dalam kitab Tafsir Al-Marāgi dan Laṭ'āif Al-Isyārāt menunjukkan kesamaan dalam metodologi penggunaan metode tahlili, namun terdapat perbedaan signifikan dalam sumber referensi dan pendekatan. Al-Marāgi cenderung menggunakan kedua sumber, bi al-Ra'yi dan bi al-Ma'tsur tapi lebih menonjol pada bi al-Ra'yi, sedangkan Al-Qusyairī menggunakan bi-al-Ra'yi dan bi al-Ma'tsur dan menggunakan corak isyari (sufistik). Dalam interpretasi QS. ali-Imran [3]: 139, Al-Marāgi mendorong kaum Muslimin untuk tidak putus asa pasca kekalahan, sedangkan Al-Qusyairī mengatakan untuk terus bersandar dan mengandalkan Allah, maka tidak sepatutnya kamu takut kepada selain Allah, dan tidak boleh kamu menjadi lemah atau putus asa.. Perbedaan juga tampak dalam QS. al-Insyirah [94]: 5-6, di mana al-Marāgi menekankan pentingnya akal dan tawakkal, sementara Al-Qusyairī, untuk yakin dan percaya ketika menghadapi kesulitan dan berbagai bentuk ujian di dunia, mereka akan tetap memperoleh dua bentuk kemudahan. Yaitu pertolongan dan jalan keluar di dunia, serta mendapatkan ganjaran pahala di akhirat. menekankan optimisme di balik kesulitan. Secara keseluruhan, al-Marāgi lebih terarah pada aspek bahasa dan sosial, sedangkan Al-Qusyairī mengutamakan nilai-nilai spiritual (sufistik) dalam kehidupan sehari-hari.
2. Relevansi konsep al-Qur'ān dengan kondisi kontemporer dalam menghadapi *quarter life crisis*, dapat disimpulkan bahwa ajaran al-Qur'ān, khususnya yang terkandung dalam Surah al-Baqarah, ali-Imran, dan al-Insyirah, memiliki relevansi yang tinggi dalam merespons fenomena *quarter life crisis* pada era kontemporer. Ayat-ayat tersebut memberikan pemahaman bahwa ujian hidup seperti rasa takut, kekurangan, dan berbagai bentuk kesulitan merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari kehidupan

manusia. Dalam perspektif ini, al-Qur'ān mendorong individu untuk menghadapi tantangan tersebut dengan kesabaran, sikap optimis, dan kekuatan iman. Relevansi nilai-nilai ini menjadi semakin signifikan dalam konteks masa dewasa awal (*emerging adulthood*), di mana individu tengah mengalami proses pencarian jati diri dan rentan terhadap tekanan psikososial. Pesan al-Qur'ān bahwa di balik setiap kesulitan terdapat kemudahan memberikan harapan serta motivasi spiritual bagi generasi muda untuk terus berjuang, memaknai tantangan sebagai peluang pengembangan diri, dan menjadikan nilai-nilai keimanan sebagai landasan dalam menjalani kehidupan. Oleh karena itu, penguatan pemahaman terhadap ajaran al-Qur'ān secara kontekstual menjadi penting sebagai upaya strategis dalam membantu individu mengatasi krisis identitas, serta menemukan arah hidup yang lebih bermakna dan berkelanjutan.

3. Strategi implementasi konsep al-Qur'ān dalam mengatasi *quarter life crisis* dapat disimpulkan bahwa implementasi ajaran al-Qur'ān memberikan landasan yang kokoh dalam menghadapi *quarter life crisis*, yaitu fase kehidupan yang sering kali ditandai oleh kebingungan, kecemasan, serta ketidakpastian yang khas pada masa *emerging adulthood*. Al-Qur'ān mengajarkan pentingnya kesabaran dan keteguhan hati dalam menyikapi berbagai ujian kehidupan, sebagaimana tercermin dalam QS. al-Baqarah ayat 112 menyoroti kekhawatiran dan kebingungan dalam *quarter life crisis* menekankan pentingnya keyakinan, kesabaran, dan ketulusan dalam beribadah kepada Allah, melalui penyerahan diri sepenuhnya (*tauhid*) dan berbuat ihsan, individu akan menemukan tujuan hidup yang lebih bermakna dan ketenangan batin. QS. al-Baqarah ayat 155, yang menggarisbawahi bahwa tantangan dan kesulitan merupakan bagian dari proses pembentukan karakter dan pendewasaan spiritual individu. Di samping itu, QS. al-Imran ayat 139 menekankan pentingnya kekuatan iman sebagai sumber optimisme dan dukungan psikososial yang mampu memperkuat identitas serta stabilitas emosional seseorang dalam menghadapi tekanan hidup. Selanjutnya, QS. al-Insyirah ayat 5–6 memberikan penguatan keyakinan bahwa setiap kesulitan

senantiasa disertai dengan kemudahan, yang pada gilirannya menumbuhkan harapan serta semangat untuk terus berikhtiar dan menjadikan setiap ujian sebagai sarana pembelajaran. Dengan mengintegrasikan nilai-nilai kesabaran, optimisme, dan tawakal, individu diharapkan mampu mengelola tekanan psikologis secara lebih mudah. Oleh karena itu, ajaran al-Qur'ān tidak hanya berfungsi sebagai sumber inspirasi spiritual, tetapi juga sebagai strategi yang efektif dalam mendukung perkembangan individu secara menyeluruh, menjadikan setiap tantangan hidup sebagai peluang untuk pertumbuhan diri dan pemaknaan hidup yang lebih dalam. Implementasinya meliputi berikhtiar, bertawakal, serta membangun ketahanan emosional dan spiritual melalui doa dan dzikir, sambil selalu bersyukur untuk menjaga semangat hidup.

B. Saran

Penelitian mengenai ajaran al-Qur'ān dalam menghadapi *quarter life crisis* diharapkan dapat memberikan manfaat baik secara teoritis maupun praktis bagi pembaca dan penulis. Penulis berharap penelitian ini dapat menjadi salah satu rujukan yang kuat dalam menghadapi tantangan tersebut, serta menjadi sumber pengetahuan yang memperkaya khazanah keilmuan Islam, terutama dalam bidang Ilmu al- Qur'ān dan Tafsir. Dengan demikian, diharapkan penelitian ini dapat menambah referensi untuk penelitian selanjutnya. Selain itu, penulis juga mengharapkan adanya penelitian yang lebih mendalam di masa depan oleh para peneliti lain, yang dapat memperkaya literatur ilmiah di bidang psikologi Islam dan kesehatan mental.

DAFTAR PUSTAKA

- Adiyatma, Ns. Yunita. "Mengenal Quarter Life Crisis dan Cara Menghadapinya." Kamis, 5 Januari, 2023. https://yankes.kemkes.go.id/view_artikel/2046/mengenal-quarter-life-crisis-dan-cara-menghadapinya.
- Adrian, Kevin. "Memahami Quarter Life Crisis dan Cara Menghadapinya." *Alodokter*, n.d. <https://www.alodokter.com/memahami-quarter-life-crisis-dan-cara-menghadapinya>.
- Al-amin, Lukman Burhanudin, Halimatussa'diyah Halimatussa'diyah, dan Hedhri Nadhiran. "Penafsiran Ahmad Musthafa Al-Maraghi Terhadap Qs. Al-Ma'Un Dan Relevansinya Dalam Pengentasan Kemiskinan." *Al-Misykah: Jurnal Studi Al-qur'an dan Tafsir* 2, no. 1 (2021): 41–63. <https://doi.org/10.19109/almisykah.v2i1.9052>.
- Al-Maraghi, Ahmad Mushthafa. *Tafsir Al-Maraghi*. Diterjemahkan oleh Bahrn Abubakar Al Humam, Anshori Umar Sitanggal, Hery Noer. Juz 30. Semarang: PT. Karya Toha Putra, 1993.
- Al-Maraghi, Ahmad Mustafa. *Tafsir Al-Maraghi Juz 1*. Terj. Bahr. Semarang: CV. Karya Toha Putra, 1993.
- Al-Qur'an, Yayasan Penyelenggara Penterjemah/Pentafsir. *Al-Qur'an dan Terjemahannya*. Departemen Agama, 2019.
- Al-Qusyairī, Abdul Karim Hawazin. *Tafsir Al-Qusyairī: Laṭ'āif Al-Isyārāt*. Lebanon: Dar Al-Kutub Al-Ilmiyah, 2007.
- Ali Faiz, Mahrus, Muhammad Misbah, dan Muhammad Masruri. "Kajian Perbandingan Pentafsiran Surah Al-Takasur Antara Al-Maraghi dan Sayyid Qutb Serta Relevansi Nilai-Nilai Kehidupan di Masa Kini." *Advances in Humanities and Contemporary Studies* 1, no. 1 (2020): 64–75. <http://publisher.uthm.edu.my/periodicals/index.php/ahcs>.
- Alkatiri, Hanin, dan Rizqi Amalia Aprianty. "Pengaruh Intensitas Penggunaan Media Sosial pada Quarter Life Crisis pada Dewasa Awal." *Jurnal Psikologi* 1, no. 2 (2024): 7. <https://doi.org/10.47134/pjp.v1i2.2269>.
- Amin, Habibi Al. "Tafsir Sufi Lata'if al-Isyarat." *Suhuf* 9, no. 1 (2016): 59. <https://doi.org/10.22548/shf.v9i1.84>.
- Amira, Iceu, Hendrawati Hendrawati, Indra Maulana, dan Sukma Senjaya. "Penyuluhan tentang Kesehatan Jiwa Remaja di Pondok Pesantren Miftahul Hidayah Kelurahan Lebakjaya Kecamatan Karangpawitan." *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)* 6, no. 4 (2023): 1693–1704. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i4.9479>.
- An-Nasaburi, Abul Qasim Abdul Karim Hawazin Al-Qusyairī. *Risalah Al-Qusyairīyah (Sumber Kajian Ilmu Tasawuf)*. Diterjemahkan oleh Umar Faruq.

Jakarta: Pustaka Amani, 2007.

Kementrian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan. “Kolaborasi KemenPPPA dan UNICEF: Sinergikan Dukungan Kesehatan Mental dan Psikososial di Kementrian dan Lembaga.” Biro Hukum dan Humas, 2024. <https://www.kemenpppa.go.id/page/view/NTMzOA==>.

Ananda Muhamad Tri Utama. “Dampak Media Sosial Dalam Quarter Life Crisis Gen Z Di Indonesia” 9, no. 6 (2022): 356–63.

Anggraeni, Azwa Salsabila, dan Udi Rosida Hijrianti. “Peran dukungan sosial dalam menghadapi fase quarter life crisis dewasa awal penyandang disabilitas fisik.” *Cognicia* 11, no. 1 (2023): 15–23. <https://doi.org/10.22219/cognicia.v11i1.26176>.

Anggrianti, Silvis Marita, dan Rudi Cahyono. “Gambaran Intimacy Wanita Lajang Usia Dewasa Awal yang Bekerja.” *Jurnal Psikologi Pendidikan dan Perkembangan UNAIR* 8 (2018): 21–31. <http://www.journal.unair.ac.id/download-fullpapers-jpppc0541a916dfull.pdf>.

Anjayani, Sugita Putri Nur. “FAKTOR-FAKTOR QUARTER LIFE CRISIS (Studi Kuantitatif Deskriptif Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang).” UIN Walisongo Semarang, 2021.

Anshari, F A, dan H Rahman. “Metodologi Khusus Penafsiran Al-Quran dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi.” *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1, no. 1 (2021): 57. <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jis/article/view/11480>.

Ansori, Salman Hasan. “Konsep Istiqamah Dalam Al-Qur’an (Studi Komparatif Tafsir Lathāif al-Isyārāt dan Tafsir Al-Asas fi Al-Tafsir).” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024.

Arnett, Jeffrey Jensen. “Emerging adulthood: A theory of development from the late teens through the twenties.” *American Psychologist* 55, no. 5 (2000): 469–80. <https://doi.org/10.1037/0003-066X.55.5.469>.

Asrofi, Asmaul. “Konsep Tawakkal Dalam Tasawuf Sebagai Psikoterapi Quarter Life Crisis.” Universitas Islam Negeri Sunan Ampel Surabaya, 2022.

Awny Fuad, Safira. “Pengaruh Social Comparison Terhadap Quarter-Life Crisis Pada Emerging Adulthood Pengguna Instagram.” Universitas Sumatera Utara Medan, 2023. <https://doi.org/10.1037/0022-3514.76.1.129>.

Aya Mamlu’ah. “Konsep Percaya Diri Dalam Al-Quran Surat Al-Imran Ayat 139.” *Al-Aufa: Jurnal Pendidikan dan Kajian Keislaman* 01, no. 01 (2019): 30–39.

Bachtiyar, Machfud, dan Ali Mudlofir. “Konsep Kecerdasan Spiritual Dalam Al-Qur’an dan Relevansinya Dalam Pendidikan Islam.” *Jurnal Mahasiswa TARBAWI: Journal on Islamic Education* 8, no. 1 (2024): 74–88.

Baidan, Nashruddin. *Metode Penafsiran Al-Qur’an: kajian kritis terhadap ayat-ayat yang beredaksi mirip*. Cet. 1. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2000.

- . *Metodologi Penafsiran Al-Qur'an*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar, 2012.
- Baidan, Nashruddin, dan Erwati Aziz. “Metodologi Khusus Penelitian,” 2016, 1–127.
- Baqi, Muhammad Fuad 'Abdul. *Al-Mu'jam al-Mufahras li Alfaz Al-Qur'an al-Karim*. Beirut: Dar al-Hadits, 1996.
- Bimbingan, Jurnal, Konseling Vol, dan Bulan Agustus Tahun. “Kajian Fenomenologis Tentang Fase Quarter Life Crisis (QLC) Pada Generasi Z Di Desa Gedangan” 9, no. 3 (2025): 1608–20. <https://doi.org/10.31316/g-couns.v9i3.7532>.
- Dalimunthe, Amsal Qori, Neng Nurcahyati Sinulingga, Annisaa ' Fithrah, dan Juli Arimar. “As-Syar'i: Jurnal Bimbingan & Konseling Keluarga Layanan Konseling Remaja dalam Mengatasi Quarter Life Crisis Mahasiswa Tingkat Akhir” 6 (2024): 1013–25. <https://doi.org/10.47476/assyari.v6i1.6005>.
- Dian Novita Siswanti, Andi Muhammad Fadhli Ajra, Izzul Haq Ramli, Siti Sukhaisi Khashayanti, dan Atikah Andraini. “Psikoedukasi Tentang Quarter Life Crisis: ‘Berdamai Dengan Diri Sendiri, Sadarilah Dirimu Berharga.’” *PESHUM: Jurnal Pendidikan, Sosial dan Humaniora* 2, no. 5 (2023): 952–59. <https://doi.org/10.56799/peshum.v2i5.2245>.
- Dinul Kholik, Zulkarnaen Guchi, Mustapa. “Esensi Kehidupan Perspektif Tafsir Ibn Kathir.” *Qur'anic Interpretation Journal* 01, no. 02 (2024): 128–46.
- Farhan Ahsan Anshari, Hilmi Rahman. “Metodologi Khusus Penafsiran Al-Qur'an dalam Kitab Tafsir Al-Maraghi.” *Iman dan Spiritualitas* 1, no. 1 (2021): 55–62. <https://doi.org/http://doi.org/10.1557/jis.v1i1.11480>.
- Fayyadl, Muhammad Tholhah al. “Biografi Imam Al-Qusyairi: Tokoh Pertama Pelurus Penyimpangan Tasawuf.” Nu Online, 2021. <https://islam.nu.or.id/sirah-nabawiyah/biografi-imam-Al-Qusyairi-tokoh-pertama-pelurus-penyimpangan-tasawuf-b3Q3F>.
- Fazira, Siti Hasmah, Arri Handayani, dan Farikha Wahyu Lestari. “Faktor Penyebab Quarter Life Crisis Pada Dewasa Awal.” *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4, no. 2 (2022): 1349–58.
- Fithrotin. “Metodologi Dan Karakteristik Penafsiran Ahmad Mustafa Al Maraghi Dalam Kitab Tafsir Al Maraghi (Kajian Atas Qs. Al Hujurat Ayat: 9).” *Al-Furqon* 1, no. 2 (2018): 107–20.
- Fitriatunnisa, Aida, dan Danendra Ahmad Rafdi. “Metode Tafsir Muqaran Dilihat Kembali.” *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 3, no. 4 (2024): 639–46. <https://doi.org/10.15575/jis.v3i4.31043>.
- Ghofur, Saiful Amin. *Mozaik Mufassir Al-Qur'an Dari Klasik Hingga Kontemporer*. Cet. 1. Yogyakarta: Kaukaba Dipantara, 2013.
- Ghoni, Abdul, dan Hari Fauji. “Kajian Metodologis dalam Kitab Tafsir Lathāif al-

- Isyārāt Karya Imam Al-Qusyairī.” *Mashadiruna Jurnal Ilmu Al-Qur’an dan Tafsir* 2, no. 2 (2023): 237–43. <https://doi.org/10.15575/mjiat.v2i2.30657>.
- Habibie, Alfiesyahrianta, Nandy Agustin Syakarofath, dan Zainul Anwar. “Peran Religiusitas terhadap Quarter-Life Crisis (QLC) pada Mahasiswa.” *Gadjah Mada Journal of Psychology (GamaJoP)* 5, no. 2 (2019): 129. <https://doi.org/10.22146/gamajop.48948>.
- Hafizzullah, Hafizzullah, Nurhidayati Ismail, dan Risqo Faridatul Ulya. “Tafsir Lathâif al-Isyārāt Imam al-Qusyairy: Karakteristik dan Corak Penafsiran.” *Jurnal Fuaduna : Jurnal Kajian Keagamaan dan Kemasyarakatan* 4, no. 2 (2020): 147. <https://doi.org/10.30983/fuaduna.v4i2.3594>.
- Hospitals, Tim Medis Siloam. “Quarter Life Crisis: Defenisi, Penyebab, dan Cara Mengatasi,” n.d. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-quarter-life-crisis>.
- . “Quarter Life Crisis: Defenisi, Penyebab, dan Cara Mengatasi.” 22 Agustus, 2024. <https://www.siloamhospitals.com/informasi-siloam/artikel/apa-itu-quarter-life-crisis>.
- Julhamdani, Feri, Elis Trianti, Heryana Nugraha, Universitas Islam Negeri Sunan Gunung Djati Bandung, Jl AH Nasution No, Cipadung Wetan, Kec Cibiru, Kota Bandung, dan Jawa Barat. “Peran Teknologi dan Media Sosial dalam Membentuk Dinamika Kesehatan Mental Berdasarkan Perspektif Islam.” *Journal on Education* 06, no. 02 (2024): 11448–63.
- Kamal, N A, dan S M Munawwaroh. “Metode Tafsir Lathâif al-Isyārāt Karya Imam Al-Qusyairī.” *Jurnal Iman dan Spiritualitas* 1 (2021): 40–46. <http://journal.uinsgd.ac.id/index.php/jis/article/view/11471>.
- Karpika I Puti, dan Segel Ni Wayan Widiyani. “Quarter Life Crisis Terhadap Mahasiswa Studi Kasus di Fakultas Keguruan dan Ilmu Pendidikan Universitas PGRI Mahadewa Indonesia.” *Widyadari* 22, no. 2 (2021): 513–27. <https://doi.org/10.5281/zenodo.5550458>.
- Khafidza, Zahwa, dan Fara Dwi Andjarsari. “Pengaruh Identitas Diri dan Dukungan Sosial Keluarga terhadap Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa.” *IKRA-ITH HUMANIORA : Jurnal Sosial dan Humaniora* 7, no. 3 (2023): 117–25. <https://doi.org/10.37817/ikraith-humaniora.v7i3.3365>.
- Lestari, Dewi Anggraini, dan Hema Dayita Pohan. “Happiness Mahasiswa yang Mengalami Toxic Relationship: Apakah terkait dengan Forgiveness?” *Merpsy Journal* 15, no. 2 (2023): 137. <https://doi.org/10.22441/merpsy.v15i2.19732>.
- Lestari, Uti, Luluk Masluchah, dan Wardatul Mufidah. “Konsep Diri Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis.” *IDEA: Jurnal Psikologi* 6, no. 1 (2022): 14–28. <https://doi.org/10.32492/idea.v6i1.6102>.
- Mahmud, Mani’ Abdul Halim. *Metodologi Tafsir Kajian Komprehensif Metode Para Ahli Tafsir*. Jakarta: Rajawali Pers, 2006.

- Mahmud, Muni' Abdul Halim. *Manahij al-Mufasssir*. Cet. 1. Kairo: Darul Kitab Al-Misri, 1978.
- Maturrochman, Ega. "Analisis Penerapan Metode Tafsir Al-Maraghi terhadap Kemampuan Interpretasi Al-Qur'an." *Irsyaduna: Jurnal Studi Kemahasiswaan* 4, no. 2 (2024): 225–36. <https://doi.org/10.54437/irsyaduna.v4i2.1740>.
- Maulana, Luthfi. "Studi Tafsir Sufi: Tafsir Latha'if al-Isyarat Imam Al-Qusyairi." *Hermeneutik* 12, no. 1 (2019): 01. <https://doi.org/10.21043/hermeneutik.v12i1.5062>.
- Mile, Irvandi, dan Muh Arif. "Metodologi Studi Tafsir." *Pekerti: Journal Pendidikan Islam dan Budi Pekerti* 4, no. 2 (2022): 98–109. <https://doi.org/10.58194/pekerti.v4i2.3290>.
- Muhamad Akip, Muhammad Yunus, Sujarwo. "Keterkaitan Antara Pendidikan Agama Islam Dengan Pemahaman Konsep Kesehatan Mental Siswa." *Edification Journal: Pendidikan Agama Islam* 4, no. 1 (2016): 256–64. <https://doi.org/https://doi.org/10.37092/ej.v7i2.997>.
- Munawwir, Ahmad Warson. *Al-Munawwir: Kamus Arab-Indonesia*. Cet. 14. Surabaya: Pustaka Progresif, 1997.
- Nissa, S A, F Faridah, dan M Murdianto. "Konsep Hedonisme dalam Al-Qur'an Perspektif Tafsir Al-Maraghi." *Hamalatul Qur'an: Jurnal Ilmu Ilmu ...* 5, no. 2 (2024). <https://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/view/210%0Ahttps://www.jogoroto.org/index.php/hq/article/download/210/132>.
- Nofitayanti, Nofitayanti, Aam Abdussalam, dan Edi Suresman. "Studi Komparasi Metode Tafsir Tahlily Dan Metode Tafsir Muqaran." *Civilization Research: Journal of Islamic Studies* 1, no. 1 (2022): 54–76. <https://doi.org/10.61630/crjis.v1i1.5>.
- Nurhazlina Mohd. Ariffin, Miftahul Jannah, Siti Rozaina Kamsani,. "Perkembangan Usia Dewasa : Tugas Dan Hambatan Pada Korban Konflik Pasca Damai." *Bunayya : Jurnal Pendidikan Anak* 7, no. 2 (2021): 114. <https://doi.org/10.22373/bunayya.v7i2.10430>.
- Oktamia Anggraini Putri. "Jurnal Pendidikan dan Konseling." *Jurnal Pendidikan dan Konseling* 4, no. 20 (2022): 1349–58.
- Pamungkas, Putri Resha, dan Grendi Hendrastomo. "Quarter life crisis di kalangan mahasiswa." *Saskara: Indonesian Journal of Society Studies* 4, no. 1 (2024): 175–76.
- Parlina, Ika, Aam Abdussalam, dan Tatang Hidayat. "Analisis Metode Tafsir Al-Maraghi." *ZAD Al-Mufasssir*, 2021. <https://doi.org/10.55759/zam.v3i2.27>.
- Pasaribu, Syahrin. "Metode Muqaran dalam Al-Qur'an." *Journal Wahana Inovasi*

9, no. 1 (2020): 43–44.

Permana, Adriansyah, Alvin Raviksyah Putra, dan Muhammad Bagus Prasetyo. “Sifat Mudah Putus Asa pada Mahasiswa Salah Tujuan.” *Jurnal Psikologi Islam* 8, no. 1 (2021): 29–34. <https://doi.org/10.47399/jpi.v8i1.116>.

Permana, Firman Bayu, dan Magister Sains Psikologi. “Quarter Life Crisis in Emerging Adulthood Quarter Life Crisis Pada Masa Emerging Adulthood” 14, no. 2 (2025): 187–95. <https://doi.org/http://dx.doi.org/10.30872/psikostudia.v14i2> p-ISSN: 2302-2582 e-ISSN: 2657-0963 Quarter.

Pratama M Andrian Putra, Trismadi, Yusnaldi, Pujo Widodo, Herlina Juni Risma Saragih, dan Panji Suwarno. “Pasca Pandemi Covid-19 dan Pembelajaran yang Didapat Sebagai Antisipasi Ancaman Keamanan Nasional Dimasa Depan.” *Jurnal Kewarganegaraan* 7, no. 1 (2023): 692–701.

Prudential. “Apa itu Quarter Life Crisis? Penyebab, Gejala dan Cara Mengatasinya.” n.d. <https://www.prudential.co.id/id/pulse/article/apa-itu-quarter-life-crisis/>.

Psikologi, Psikologi, Rahma Adellia, dan Sheilla Varadhila. “Dinamika Permasalahan Psikososial Masa Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa.” *PSIKOSAINS (Jurnal Penelitian dan Pemikiran Psikologi)* 18, no. 1 (2023): 29. <https://doi.org/10.30587/psikosains.v18i1.5316>.

Putri, Alifia Fernanda. “Pentingnya Orang Dewasa Awal Menyelesaikan Tugas Perkembangannya.” *SCHOULID: Indonesian Journal of School Counseling* 3, no. 2 (2018): 35. <https://doi.org/10.23916/08430011>.

Putri, Dwi Indah Ramadani, Hafnidar, dan Rini Julistia. “Gambaran Quarter-Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir Prodi Psikologi Universitas Malikussaleh Overview Of Quarter-Life Crisis In Final Level Students Of The Psychology Program Of Malikussaleh University.” *INSIGHT: Jurnal Penelitian Psikologi* 1, no. 2 (2023): 324–41. <https://ojs.unimal.ac.id/index.php/jpt/index>.

Quthb, Sayyid. *Tafsir Fi Zhilalil Qur'an: Di Bawah Naungan Al-Qur'an*. Diterjemahkan oleh Muchotob Hamzah As'ad Yasin, Abdul Aziz Salim Basyarahil. Jilid 1. Jakarta: Gema Insani, 2014.

Rahmasari, Yunita. “Religiusitas Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Pada Santri Pondok Pesantren Al-Qur'an Al-Amin Pabuaran Banyumas.” Universitas Islam Negeri Prof. K.H. Saifuddin Zuhri Purwokerto, 2023.

Rahmawati, Ameliya. “Hubungan Antara Dukungan Sosial Dengan Quarter Life Crisis Pada Mahasiswa Tingkat Akhir.” Universitas Islam Negeri Raden Intan Lampung, 2020.

Ratih, Karina Widia, Mulya Virgonita, dan Iswindari Winta. “Memahami Fenomena Quarter Life Crisis Pada Generasi Z : Tantangan dan Peluang” 5,

no. September (2024): 8186–93.

Rokom. “Menjaga Kesehatan Mental Para Penerus Bangsa.” *sehatnegeriku.kemkes.go.id*, 2023.
<https://sehatnegeriku.kemkes.go.id/baca/rilis-media/20231012/3644025/menjaga-kesehatan-mental-para-penerus-bangsa/>.

Sa’adah, Asmaus. “Quarter Life Crisis Dalam Al-Qur’an (Studi Penafsiran Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah).” Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, 2024.

Saiful Amin Ghofur, Alaika Salamulloh. *Profil para Mufasir Al-Qur’an*. Yogyakarta: Pustaka Insani Madani, 2008.

Salim, Abd. Muin. *Metodologi Ilmu Tafsir*. Diedit oleh A. Rafiq. Yogyakarta: Teras, 2005.

Santri, Dinda Dewi, Cholifatun Nurrochmah, dan Hengki Hendra Pradana. “Dinamika Quarter Life Crisis pada Masa Dewasa Awal” 3, no. 1 (2025): 118–31.

Statistik, Badan Pusat. “Tingkat Pengangguran Terbuka (TPT) sebesar 4,82 persen dan Rata-rata upah buruh sebesar 3,04 juta rupiah per bulan.” *www.bps.go.id*, 2024.
<https://www.bps.go.id/id/pressrelease/2024/05/06/2372/tingkat-pengangguran-terbuka--tpt--sebesar-4-82-persen-dan-rata-rata-upah-buruh-sebesar-3-04-juta-rupiah-per-bulan.html>.

Supriadi, Supriadi. “Studi Tafsir Al-Maraghi Karya Ahmad Musthafa Al-Maraghi.” *Jurnal Asy-Syukriyyah* 16, no. 1 (2022): 1–24.
<https://doi.org/10.36769/asy.v16i1.218>.

Syifa’ussurur, Muhammad, Nurul Husna, M Mustaqim, dan Lukman Fahmi. “Menemukanali Berbagai Alternatif Intervensi Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis: Sebuah Kajian Literatur [Discovering Various Alternative Intervention Towards Quarter Life Crisis: a Literature Study].” *Journal of Contemporary Islamic Counselling* 1, no. 1 (2021): 53–64.
<https://doi.org/10.59027/jcic.v1i1.61>.

Triastuti, Intan, Wulan Siska Nurfauziah, dan Iis Noviyanti. “Tingkat Stres Pada Gen Z Terhadap Pengaruh Media Sosial” 4, no. 1 (2025): 264–72.

Ubab, Alwi Jamalulel. “Tafsir Surah Al-Baqarah Ayat 155-157: 4 Makna Kalimat ‘Inna Lillahi wa inna ilaihi roji’un’ Menurut Para Ahli Tafsir.” *Nu Online*, 2022.
<https://nu.or.id/tafsir/tafsir-surat-al-baqarah-ayat-155-157-4-makna-kalimat-inna-lillahi-wa-inna-ilaihi-raji-un-menurut-para-ahli-tafsir-anxHR>.

Ummah, Masfi Sya’fiatul. “Relevansi Pemikiran Tafsir Jihad M. Quraish Shihab Dalam Tafsir Al-Misbah.” *Jurnal Studi Keislaman* 11, no. 1 (2019): 1–29.

Yanti, Ayu Dwi, dan Karina Sisnu Untari. “Analisis Peranan Tawakal Dalam Menghadapi Quarter Life Crisis Generasi Z Di Era Digital” 8, no. 7 (2024):

644–49.

- Yusuf, Muhammad Yunan. “Metode Penafsiran Al-Qur’an.” *SYAMIL: Jurnal Pendidikan Agama Islam (Journal of Islamic Education)* 2, no. 1 (2014): 11. <https://doi.org/10.21093/sy.v2i1.492>.
- Zaini, Hasan. *Tafsir Al-Maraghi: Tafsir Tematik Ayat-ayat Kalam*. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1997.
- . *Tafsir Tematik Ayat-Ayat Kalam: Tafsir Al-Maraghi*. Cet. 1. Jakarta: Pedoman Ilmu Jaya, 1997.
- Zed, Mestika. *Metode Penelitian Kepustakaan*. Cet.4. Jakarta: Yayasan Pustaka Obor Indonesia, 2017.
- Zia. “Cara Melewati Quarter Life Crisis.” *Binus University*, n.d. <https://binus.ac.id/binusian-journey/2023/03/18/cara-melewati-quarter-life-crisis/>.
- Zuhriyandi. “Aspek Psikologis pada Ayat-ayat Mengenai Kesabaran dalam Al-Quran.” *Jurnal Ruhul Islam* 2, no. 1 (2024): 17–37. <https://doi.org/10.33476/jri.v2i1.167>.

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

A. Identitas Diri

1. Nama Lengkap : Aie Khoerunnisa
2. Tempat/Tgl Lahir : Cirebon, 8 Oktober 2003
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Agama : Islam
5. Alamat : Ds. Seuseupan, Kab. Cirebon
6. No. Hp : 087716143037
7. Email : aiekhoerunnisa0@gmail.com

B. Riwayat Pendidikan

1. SDN 1 Seuseupan
2. MTSN 6 Cirebon
3. MA NU Putri Buntet Pesantren Cirebon

C. Pengalaman Organisasi

1. UKM-F USC UIN Walisongo Semarang
2. Keluarga Mahasiswa Cirebon Semarang (KMCS)
3. Forum Mahasiswa Santri Buntet Pesantren Cirebon (Formasi)